بابەس بێت ئیتر

جگەرەکێشان

نووسینی

کاوە هاوار مولود ساڵەیی



با بەس بێت ئیتر جگەرەکێشان

نووسینی

کـــاوە هـــاوار ســـاڵەیی

2003

ناوی پەرتوک	:	با بەس بێت ئیتر جگەرەکێشان
نووسەر	:	کاوە هاوار سالّەیی
چاپ	:	چاپخانەی بژار
پیتچنین	:	سەنتەری شەهاب (مەسعود ئیسماعیل)
ڕێکخستنی ناوەوە	:	سەنتەری شەهاب (سۆران عبدالرحمن)
وێنەی بەرگ	:	کاوە سالّەیی
سالّ	:	٢٠٠٣

ژمارەی سپاردن بە کتێبخانەی نیشتمانی هەرێمی کوردستان
(٣٠٦) سالّی ٢٠٠٣

ئەم پەرتووکە پێشکەشە

بەو کەسانەی کە لەدوای ژیانێکی ئازادانەو پاك و بێ زیان و خۆشن وە نایانەوێ چیتر مافی خۆیان و خەڵکی پێشێل بکەن!

<u>تێبینی:</u>

ئەو کەسانەی کە نایانەوێ واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن! با ئەوانیش ئەم پەرتووکە بخوێننەوە چونکە سوودی ئێجگار زۆری بۆ ئەوانیش تێدا هەیە.

بەناوی خوای گەورەو میهرەبان

بەشی یەکەم

١. پێشەکی:

(سوپاس بۆ خوای گەورە کە ئەو دەرفەتەی دام تا بتوانم ئـەم پەرتووکـە بخەمـە بەردەسـتی خوێنـەرانی خۆشەویسـت) بەداخـەوە دیـاردەی جگەرەکێشـان بـە ڕادەیـەکی زۆر بـەرفراوان بڵاوبۆتـەوەو پـەرەی سـەندووە لـەم سـەردەمەداو بووەتـە هـۆی دەردو گـیروگرفت و زیـانێکی زۆر بـۆ خـەڵکی وە لـە نێوەنـدە بەرپرسەکانی جیهانی سەبارەت بەم دیاردەیە چارەسەری‌یەکی چـاك و تـەواو و بـە سـوودیان بـۆ نەدۆزیوەتـەوە و بایـەخ و گرنگیەکی ئەوتۆیان بەم بەڵایـە ترسـناك و بـە زیانـە نـەداوە وە کۆشـش و هـەوڵێکی وەك پێویسـت بـۆ پێـش لێگرتنـی لـە پەرەسـەندنی جگەرەکێشـان نـەدراوە لەلایـەن لایەنـە بەرپرسـەکانەوە تـاوەکو سـنوورێك بـۆ ڕادەی بڵاوبوونـەوەی جگەرەکێشان لەناو خەڵکی‌دا دابنرێ. لەلایەکی ترەوە ئەگەر بە ووردی سەیر بکەین و سەرنج بدەینە پەرتووکخانەکانی کوردی و لەناو نیشانە جۆربەجۆرەکانی سەر پەرتووکەکان ووردببینـەوە و بکۆڵینـەوە دەبینـین کـە پـەرتووك و نووسـراو لەسـەر دیـاردەی جگەرەکێشـان بە تێروتەسـەلی زۆر کەمـەو بـەرچاو ناکـەوێت! وە ئەو پەرتووك و نوسراوانەی هەشە لەم باوەڕەیەوە گـەرچی مایـەی دڵخۆشـی بوون و سوودی خۆی هـەبووە بـەڵام لەگـەڵ ئەوەشـدا خوێنەرانی ئەم بابەتە بە تەواوەتی ڕازی و تێرناکات. لە ڕاستی‌دا

(دیاردەی جگەرکێشان بابەخێکی ئەوتۆی پێ نەدراوە کە شیاوبێت ئەو بایەخدانە بەرامبەر ترسناکی ئەم بەڵایە بە زیانە لە گشت جیهاندا بە گشتی و بەتایبەتی لە کوردستاندا) من وای بە باش و سوودی گشتی دەزانم کە بایەخ و گرنگی زیاترو چاکتر بە دیاردەی جگەرکێشان بدرێت لەلایەن بەرپرسەکان و رۆشنبیرانەوە. وەزیاتر لەسەری بنووسرێت چونکە زیانەکانی و مەترسیەکانی جگەرە لەوە گەلێ زۆرترە کەوا بە ئاسانی و کەمی و سادەیی باسی لێوە بکرێت. لەلایەکی ترەوە (جگەرەکێشان بە رێژەیەکی وا زۆر بڵاوبۆتەوە لەناوماندا کە کەم خێزان هەیە کە یەکێ یان دوو کەس لە ئەندامانی جگەرەنەکێشن)هەر بۆیە چەندەها ساڵە خۆم خەریك کردووە لەسەر لێکۆڵینەوەو توێژینەوە و نووسین لەسەر دیاردەی جگەرەکێشان وە تا لە توانام دابووە هەوڵم داوە کە ئەم پەرتووکە پڕبێت لە زانیاری‌یە جۆر بە جۆرەکانی کە سوودیان هەبێت و یارمەتی دەرێك بێت و رێی نیشاندەرێکی کاریگەربێت بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن وە کاری جگەرە واز لێ هێنانیان ئاسانکاری بەرچاوی تێدابکەوێت وە چۆنیەتی رێگایەکانی جگەر واز لێهێنانم بە جۆرێك رێکخستووە و بە دیارکردووە کە ئەوانەی دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن کە بتوانن تا رادەیەکی چاك زاڵ بن بە سەر ئەو گیروگرفت و تەنگەژەو شێواوی دەروونی‌یەی کە تووشیان دەبێتن لەکاتی واز لێ هێنانیان لە جگەرەکێشان. وە (بە جۆرێك بابەتەکانی ناو ئەم پەرتووکەم رێکخستووە و داڕێشتووە کە نووسراوەکانی بە

گشـتیو تێکڕایـی هـاندەرێکی کاریگـەر بـن لـە وازهێنـانی جگەرەکێشانتان) وە بـە جۆرەهـا شـێواز هـەوڵم داوە کـە وێنـەو شـێوەی ڕاسـتەقینەی زیانـەکانی جگـەرەتان بـۆ دیـار بخـەم و ئاشکرا بکەم و لەبەر دڵتان بخەم و لە پێش چاوتان ڕەشی بکەم. بـە کورتـی لـەم نووسـراوەمدا (چۆنیـەتی واز لێ هێنـانی جگەرەکێشـانم بـە ڕێگایـەکی ئاسـان و زانسـتی و (عملـی) و کارکردە بە دیارخستووە بۆ ئەوەی سوودی خۆی بگەیـەنێت بە خوێنەران. وە هەر کەسێکی جگەرەکێش یەکەم پشت بە خوای گەورە ببەستێت ئینجا دوایی بە تەواوەتی و دروستی نووسراوی ناو ئەم پەرتووکە بخوێنێتەوە وە بە باشی و چاکی لە بابەتەکانی تێبگـات و کـار بـە ئامۆژگاریـەکان و ڕێنماییـەکانی نـاو پەرتووکەکە بکاتن ئەوە پەیمان و (گرێنتی) دەدەمێ کە واز لـە جگەرکێشانی بهێنیت بە ئاسانترین شێوە).

ئیتر بە هیوای سوودمەندی و نزای چاك لە خوێنـەرانی بەڕێز ئەکەم وە هیوادارم کە ئەم نووسراوەم جـێی ڕەزامـەندی خوای گەورە بێ و پاشان ببێتە هۆی سوود لێ وەرگرتن بۆ هەموو لایەك.

انشاء الله...

سوپاس بۆ خوای گەورە

کاوەساڵەیی

٢. پێناسەی جگەرە

(جگەرەش جۆرێکە لەو چەکە بە زیان و کوشندانەی کە مرۆڤ بۆ گیانی خۆی دروستی کردووە. وە جگەرە یەکێکە لە هەرە چەکە دێرینەکان کە مرۆڤ دژی خۆی بەکاری هێناوە، وە جگەرە لە هەرە چەکە ترسناکەکانە کە مرۆڤ بەردەوام هەموو ڕۆژێک بەکاری دەهێنێت دژی خۆی بە بێ ئەوەی کاری بەکارهێنانی بۆ ساتێکیش ڕابوەستێنرێت!!) (جگەرە دوژمنێکی فێڵاوی ترسناك و پیس و زیان لێ دەرەو فەوتێنەری مرۆڤە) ئینجا سەیرو سەمەرەو جادووی جگەرە لەوەدایە کە ئەو دوژمنە ترسناکە و چەکە کوشندەیە زەبەلاحە خۆمان بە دەستی خۆمان دەیهێنین و لە گیانی خۆمانی بەر ئەدەین و ئەیکێشین! جگەرەکێشان دیاردەیەکی ناشیرین و خوو و نەریتێکی خراپ و چاو لێکەریی‌یەکی زیان هێنەرو بەڵایەکی جیهانی‌یە. دوژمنانی مرۆڤ و سوود جوییانی تایبەتی ئەوانەی کە بە دوای بەرژەوەندی‌یەکانی خۆیان کەوتوونە وە بە هەموو جۆرێك هەوڵ ئەدەن بۆ بڵاوبوونەوەی دیاردەی جەرەکێشان و پارەو سامان کۆکردنەوەی زۆر لە ڕێگای فرۆشتنی جگەرە بۆیە بانگەشەو بانگەوازو پێ هەڵدانی زۆر بۆ جگەرە جۆر بە جۆرەکان ئەکەن لە راگەیاندنە جۆر بە جۆرەکانی جیهانی. هەروەها ڕەنگاوڕەنگ کردنی پاکەتە جگەرەکان و جوانکاریان و بۆندارکردنی توتنەکان بۆ هەڵخەڵەتاندنی جگەرەکێشان و خەڵکی بە گشتی بەڵام دەبێت ئێمە وا بە ئاسانی فریویان نەخۆین وە ڕووی خراپ و زیانی جگەرەمان لە یاد نەچێت وە دەبێت وا پێناسەی جگەرە

بکەین و وای دابنێین کە (جگەرە بۆمبێکی ترسناك و کوشندەیە وە دووکەڵەکەی گازێکی ژەهراوی‌یە وە هەموو کاتێ بەچاوی ترسەوە سەیری پاکەتە جگەرەکان بکەین) وە وای لێك بدەینەوە کە (پاکەتی جگەرەی سۆمەر مانای سەرەتان تووش بوون! وە گرێڤن مانای گورگێکی درندە! وە پاکەتی رۆسمەن مانای ریوی‌یەکی فێلباز وە وینستۆن مانای وێرانکەر وە پاکەتی ئەسپین مانای ئەژدیها وە دانیال مانای دووپشکی بەژان وە پاکەتی مارلبۆرۆ مانای ماری ژەهراوی بە کورتی توتن مانای تەلەو داوی دوژمن) تەلەو داویش هۆکاری دیلی و زەلیلی‌یە وە مانای وایە هەر کەسێکیش بکەوێتە ناو داوو تەلەوە (ئەوە ئەو کەسە یان دیل و زەلیل دەبێتن یان تووشی مەرگی حەتمی دەبێتن) بۆیە پێویستە خۆمان لەو تەلەو داوە ترسناکەی توتن دووربکەینەوە. وە بە کورتی جگەرەکێشان مانای خۆ دیل و زەلیل کردن و زیان لە خۆ دان و خۆ بەرەو فەوتان بردن و دوژمنایەتی کردنی مرۆڤایەتی!

٣. کاریگەری (تەئسیری) جگەرەکێشان لەسەر کۆمەڵگا

بە شێوەیەکی گشتی کاریگەری و (تەئسیری) خراپی جگەرەکێشان لەسەر کۆمەڵگاکان و مرۆڤ بە گشتی ئێجگار زۆرو بەرفراوان و بە زیانە گەر بە دوورو درێژی باسی لێوە بکەین. خۆی کاریگەری خراپ و ترسناکی جگەرەکێشان لەوەدایە ئەم (نیکۆتین و دووکەڵە بە زیان و پیسەی توتن شوێنی خۆی لەناو دڵی هەموو جۆرە مرۆڤێکی ناو کۆمەڵگای سەر زەوی کردۆتەوە بە تێکڕایی) ئینجا هەر جۆرە نەتەوەو هۆزو کۆمەڵێك بێت

ەکێشیان تێداهەیە یـان هـەر جـۆرە زمـانێکی ئاخاوتنیـان
ی کورد زمان بێت یان عەرەب یان ئینگلیز یان فارس بێت
ەکێشیان تێدا هەیە! یان مرۆڤ هەر جۆرە رەنگی پیستێکی
ی رەش پیست بێت یان سوور پیست یان سپی پیست یان
یست بێت جیاوازی نی‌یە ئەوانـە هـەموو جگەرەکێشـیان
هەیـە! لەلایەکی تـرەوە مـرۆڤ هەر جـۆرە ئـاینێکی هـەبێت
جا موسلمان بێت بە ئایین یان مەسیحی بێت یان بت پەرست
یان جوولەکـە بێـت یـان هـەر جـۆرە ئـاییـنێکی تربێـت ئەوانـە
هـەموویان جگەرەکێشـانیان تێداهەیـە و جگـەرە لـە نـاو دڵـی
هەموویاندا بە تێکڕا جێی خۆی کردۆتـەوە لـەناو هـەموویاندا،
کەسانی جگەرەکێشیان تێدا هەیە! لێرەدا بۆمان بە دیاردەکەوێت
کەواتـە (جگەرەکێشـان بـە تەنـها تایبـەت بـە کەسـانێك یـان
کۆمەڵانێك یان نەتەوەیەکی دیاری کراو نی‌یە لەسەر زەوی) ئەم
دووکەڵە جگەرە پیس و ترسناکە و بە زیانە بـە جۆرێـك خـۆی
ڕازاندۆتـەوە و فێڵـی لـەم هـەموو جۆرە خەڵکە کردووەو هـەڵیانی
خەڵـەتاندووە و فریـوی داون و یەخـەیانی گرتـووە کـە بیکێشـن
بەڕاستی سەیرەو جێی سەرسوڕمانە! هـەروەها لەلایەکی تـرەوە
جگەرەکێشان یەخـەی هـەموو چین و توێژێکـی نـاو کۆمـەڵگای
گرتـووە بگـرە هـەر لـە مرۆڤـی دانـاو زانـاو پزیشـك و ئـەدیب و
دادوەری ڕۆشنبیرو شاعیرو هونەرمەند و فەیلەسوف و سیاسیەت
مامۆستاو خوێنـدەوار و دەوڵەمـەندو هـەژارو خـەڵکانی
بە سوود و خەڵکانی خراپ و بـە زیـان و چاکە خوازان و
ەوان و مرۆڤـی نـەخۆش و سـواڵکەرو تاوانبـارو تەمبـەڵ و
نـەزان و شێت و جاهیل و نـەخوێندەوارو کۆنەپەرسـت و
و زۆردارو خەڵکانی تر کە جگەرە دەکێشن ئەوانەی کـە

ناویانم هێناو باسم کردن لەناو هەموویاندا کەسانی جگەرەکێش هەیە بۆیە لێرەدا کاریگەری خراپ و ترسناك و زیانی جگەرەمان بۆ بە دیار دەکەوێت کە بە چ جۆرێك بڵاوبۆتەوە لەناو هەموو چین و توێژەکانی ناو کۆمەڵگا جۆر بە جۆرەکانی جیهان! وە دیاردەی جگەرەکێشان یەخەی مرۆڤی نێرو مێ و لاوو پیری گرتووە بە تێکرا. وە گرنگترین کاریگەری زیان و خراپی جگەرکێشان لەسەر کۆمەڵگادا ئەوەیە کە خەڵکانی زۆر بە هۆی جگەرەکێشانەوە باری تەندروستیان خراپ دەبێت و نەخۆش دەبن هەروەها زیانی ماددیان لێ دەکەوێت بۆیە جگەرەکێشان زیانی ئابووری و تەندروستی زۆری هەیە لەسەر کۆمەڵگادا وە هەروەها جگەرەکێشان دەبێتە هۆی پیس بوونی ژینگە بە گشتی و بێزاربوونی خەڵکی بە تێکڕایی. بۆیە (پێویست و ئەرکە لەسەر هەر ئەندامێکی ناو ئەو کۆمەڵگایە کە هەوڵبدات و تێبکۆشێت بۆ نەهێشتن و کەمکردنەوەی دیاردەی جگەرەکێشان بە هەر شێوەیەك بێت) تاوەکوکۆمەڵگا کۆمەڵگایەکی تەندروست باش و ئابووری چاك و هەوا پاك بێت وە جۆری دیمەنی ژینگەکەی وێنەی شارستانی جوانی پێوە دیاربێت. نەك کۆمەڵگا زۆرینەی خەڵکەکەی دووکەڵ بە با بکەن و تەندروست خراپ و نەخۆش و پیس و ئابووری داڕووخاو بێت و هەوای ژینگەی ئالوودەو پیس بێتن و دیمەنی شارستانیەتی پێوە دیارنەبێتن. بۆیە لە (دیارترین زیانەکان و ترسناکی جگەرە ئەوەیە کە دیاردەی جگەرەکێشان لەناو هەموو جۆرە نەتەوەو کۆمەڵگاو وولاتانی جیهان بڵاوبۆتەوە بە فراوانی وە جگەرە جێی خۆی کرتۆتەوە لەناو هەموو جۆرە چین و توێژێکی ناو کۆمەڵگا).

٤. بۆ دەبێت ئێمە دژی دیاردەی جگەرەکێشان بین؟

بـۆ دەبێـت هـەر یـەکێ لـە ئێمـە هـەوڵبدات کـە واز لـە جگەرەکێشان بهێنێت یان ئەگەر خۆمانیش جگەرە ناکێشین بۆ دەبێـت هـەوڵبدەین کـە ئەوانـەی جگـەرە دەکێشـن واز لـە جگەرەکێشانیان بهێنن وە هۆی چی‌یە کە دەبێت هەموومان دژی جگەرەکێشان ڕابوەستین؟ وەڵامم ئەوەیە (هـەر یـەکێ لـە ئێمـە وەکـو کـە مرۆڤـین بۆیـە پێویسـتەو ئەرکـە لەسـەرمان کـە بـۆ پێشکەوتن و خۆش گوزەرانی خـەڵکی بـە گشـتی تێبکۆشـین و هـەوڵبدەین وە ئازارو گـیروگرفت و دەردەسـەری لەسـەر یـەکتری کەم بکەینـەوە و تا دەتوانین زیـان و مەترسـی لـە یـەکتری دوور بکەینەوە) وە جگەرەکێشانیش یەکێکە لەو هۆکارانەی ژیـان تاڵ کردن هـەروەها جگەرەکێشـان یەکێکـە لـەو ئازارو گـیروگرفت و زیانانەی کە تووشی زۆربەی خەڵکی ئەم سەردەمە بووە. بۆیـە وا پێویست دەکات لەسەر هەر یەکێ لە ئێمە کە هەوڵبدات بۆ ئەوەی کە خەڵکی خۆیان دووربکەنەوە لە جگەرەکێشان و وازبهێنن لەو دووکەڵە ژەهراوی‌یە. چونکە دیاردەی جگەرەکێشان ئێستاکە لەم سەردەمەدا بەڕادەیەکی زۆر بەر بڵاو لە جیهاندا بڵاوبۆتـەوە. وە جگەرەکێشان بەڕاستی دیاردەیەکی ترسناك و بە زیانە بۆ کەسی جگەرەکێشەکە و بۆ ئەو کەسانەی کە لە دەور و پشـت و نزیکـی جگەرەکێشەکە دەژین. وە دووکەڵە جگەرە کێشـەو گرفتێکی زۆر بە زیانی بۆ خەڵکی بە گشتی دروست کردووە بەتایبەتی کێشەی بۆ ئەو کەسانەی کە جگەرەناکێشن دروست کردووە بە هۆی ژیان بـە سـەربردن و گـوزەران کـردن و دانیشـتن و کـارکردن لەگـەڵ

جگەرەکێشـەکان وە ئـەم کەسـانە بەسـتەزمانانە کـە جگـەرەش ناکێشن بەڵام تووشی هەڵمژینی دووکەڵە جگەرە دەبن و زیـانی کاریگـەر دەبینـن بـەهۆی دووکـەڵی جگەرەکێشـانەوە. بۆیـە (جگەرەکێشان زیان و گیروگرفتی هەیە بۆ هـەموو کەسـێك ئـەو کەسەی کە جگەرە دەکێشێت و ئەوەی کە نایکێشێت) هەر لەبەر ئەوەیـە کـە دەبێـت لەلایـەن هـەموو چـین و توێژەکـانی نـاو کۆمـەڵگاوە دژایـەتی جگەرەکێشـان بکرێـت وە هـەوڵ و تەقـەلای دروسـت و بـە تـەواوەتی بـدرێ بـۆ نەهێشـتن و کەمکردنـەوەی دیاردەی جگەرەکێشـان چونکـە (جگەرەکێشـان دیاردەیەکـە کـە جۆرەها هەڕەشە لە ژیانی مرۆڤ دەکاتن و بە هەموو جۆرێك زیان بە مرۆڤ دەگەیەنێت) هـەر بۆیـە گـەر هـەر یـەکێ لـە ئێمـە جگـەرە دەکێشێت دەبێت واز لە جگەرەکێشانی بهێنێت تاوەکو خۆمان و خـەڵکی دەوروبـەرمان بـە گشـتی پـارێزراوبن لـەو زیانانـەی کـە بەهۆی دووکەڵە جگەرەوە دروست دەبێتن. مادام دووکەڵە جگەرە زیـانی بـۆ گشـت کەسـانێ هەیـە ئـەوەی بیکێشـێت و ئـەوەی نەیکێشێت ئەوە دەبێت (هەمووومان بە تێکرا بـەرەنگاری دیـارەی جگەرکێشـان ببینەوە و دژایـەتی بکـەین وە هـەوڵبدەین کـە ئـەم دیاردەیـە بە زیانە لەناو ماندا کەم ببێتـەوە و بـەرەو لەناوچوون بـڕوات) وە بـاوەڕم بـەوە هەیــە کــە (سـەردەمێك دادێــت کــە جگەرەکێشان دەبێتە ناشیرین ترین و بە زیان ترین دیاردەی نـاو کۆمـەڵگاکان وە هـەموو کەسـێ بە پێـی توانـای دژایـەتی جگـەرە دەکاتن).

٥. ئایا جگەرەکیشان دەبێتە هۆی ئیدمانی مرۆڤ؟

لەم بارەیەوە زۆر راو بیروبۆچوون هەیە لەسەر ئەوەی (کە ئایا جگەرەکێشان دەبێتە هۆی ئیدمانی ئەو کەسەی کە دەیکێشێت) هەندێ لە زانایان و شارەزایان و پسپۆرانی توتن و جگەرە دەیانەوێت کە جگەرە کێشانیش بخەنە ناو لیستی ئیدمانی و ماددە بێ هۆش کەرەکانەوە. گەرچی هەندێکی تر لەو زانایانە و پسپۆرانە دژ بەو کارەنە کە جگەرە بخرێتە رێزی ماددە بێهۆشکەرەکانەوە. لێرەدا من نامەوێت کە بە دوورو درێژی باسی ئیدمانی مرۆڤ بە هۆی جگەرەکێشانەوە بکەم. بەلاّم لەو ئاشنایی و شارەزای‌یەو ئەزموون و ئازمایشتەی کە هەمە لەسەر دیاردەی جگەرەکێشان کە ئەو ئەزموون و زانیاریانەم وەرگرتووەو فێری بوومەو لێی تێگەیشتوومە لەکاتی کارکردن و هەولّ دانم لەگەلّ ئەو کەسانەی کە ویستوومە جگەرەیان پێ وازلێ بهێنم و دووریان کەمەوە لە دیاردەی جگەرەکێشان و وە ئەوەی لە رەفتاری جگەرەکێشەکان بەرچاوم کەوتووە و بینیومەو وای لێ تێگەیشتوومەو وای لێك دەدەمەوەکە دووکەلّ و نیکۆتینی جگەرە (کاریگەرییان لەسەر خەلّکی بە گشتی جیاوازە وە کاریگەری جگەرە بەسەر هەموو کەسێکەوە یەکسان نی‌یەو وەك یەك نی‌یە) و لەوانەیە دووکەلّ و نیکۆتینی جگەرە بەرِادەیەکی زۆر کاریگەری لەسەر هەندێ لە جگەرەکێشەکانەوە هەبێتن و تووشی جۆرە ئیدمانیەکیان بکاتن کە واز لێهێنانیان لە جگەرەکێشان ئەستەم و بە گیروگرفت بێتن بۆیان بەلاّم مەرج نی‌یە ئەو کاریگەری‌یە خراپە هەموو جگەرەکێشەکان بگرێتەوە چونکە جگەرەکێشان خۆی فێربوونە وە ئەو کەسەی کە

جگەرەدەکێشێت وەك دەزانین کە ناتوانێ وا زۆر بە ئاسانی واز لە جگەرەکێشانی بهێنێت و دەستی لێ هەڵبگرێت بۆیە بە بیروبۆچوونی من دەتوانم کەبڵێم (گەر جگەرەکێشان ئیدمانی تەواویش دروست نەکاتن بۆ مرۆڤ ئەوە نیوە ئیدمانیەك بۆ هەندێ کەس دروست دەکاتن کە نەتوانێت وا بە ئاسانی دەستی لێ هەڵبگرێتن یان کە وازی لێ هێنا تووشی هەندێ گیروگرفتی جەستەیی و دەروونی دەکاتن) هەر بۆیە (هەر شتێك و هەر رەفتارێك گەر مرۆڤ رۆژانە دووبارەی بکاتەوەو خووی پێوە بگرێت و ماوەیەکی زۆر بەو خوو رەفتارانە کردار بکاتن و ئەوە ئەو مرۆڤە ناتوانێ وا بە ئاسانی دەست بەرداری ئەو خووەو ڕەفتارە ببێ و بە ئاسانی وازیان لێ بهێنێت) وەکو بۆ نموونە ئەو کەسەی کە بۆ ماوەیەکی زۆر خایەن یاری بە سمێلی دەکاتن و بای دەدات یان وێنەی ئەو کەسەی کە دەنکە شخاتەیەك لە کەلێنی ددانی دادەنێت یان وەکو ئەو کەسەی کە ماوەیەکی زۆرە تەسبیح بە دەستەوە دەگرێت و ڕۆژانە کاتەکانی زۆربەی بە تەسبیحات کردن بەسەر دەبات و خوویەکی چاکی بە تەسبیحاتەوە گرتووە وە کاتێ تەسبیحەکەی لێ دووردەبێتەوە و لە دەستی نابێ هەر زوو لە دوای دەگەرێت و داوای دەکاتەوەو گەر زوو تەسبیحەکەی نەبینێتەوە ئەوە دەروونی دەشێوێت و شپرزە دەبێت و دەڵێت کوانی تەسبیحەکەم من ناتوانم بەبێ تەسبیح هەڵ بکەم. لێرەدا ئەو پرسیارە دێتە گۆرێ خۆ تەسبیح ناخورێت و هەڵنامژرێت و ناچێتە ناو زارو سیەکان و گەدەی ئەو کابرایە ئەی بۆ ناتوانێ بەبێ تەسبیح هەڵبکاتن خۆ تەسبیحیش نەبووەتە جگەرەکێشان و نیکۆتین. کە کاریگەری

خۆی لەسەر جەستەی ئەو کابرایە کردبێت؟ وەڵامەکەی هەر ئەوەیە کە (هەر مرۆڤێك خوو بە شتێکەوە بگرێت بۆ ماوەیەکی زۆر و مێشکی پێوە خەریك بکاتن و ڕۆژانە دووبارەی بکاتەوە ئەوە ئەو مرۆڤە گەر لەو ڕەفتار و شتەی کە خووی پێوە گرتووە دووربکەوێتەوە و ئەنجامی نەدات ئەوە هەست بە بێزاری‌یەك و دڵ تەنگیەك و نائارامی‌یەك دەکاتن و دەروونی دەشێوێت و شپرزەیی دایدەگرێت و تووشی دڵە ڕاوکێ دەبێتن. بۆیە حەزو هەوەس بە دووبارەکردنەوەی ئەو خوو و کرادارو ڕەفتارە دەکاتن کە ڕۆژانی پێشوو ڕەفتاری پێکردووەو بووەتە خوویەك بۆی ئینجا ئەو شتەو خووە تەسبیحات بێتن یان جگەرەکێشان بێتن) دەبێت ئەوەش لەیاد نەکەین کە جیاوازی‌یەك هەیە لە فێربوونی جگەرەکێشان و فێربوونی تەسبیحات کردن ئەویش جیاوازی کاریگەری نیکۆتینەکەیە کە لەسەر جەستەی مرۆڤەکەدا دروستی کردووە. لێرەدا بۆمان دەردەکەوێت کە فێربوون و (تەعوود) کردن لەسەر هەر شتێك و هەر خوویەك کارێکی وا ئاسان نی‌یە کە مرۆڤ دەستی لێ هەڵبگرێت. لەلایەکی ترەوە (ئەگەر بهاتبووایە و ئەو کەسەی جگەرە بکێشێتن سەدا سەد تووشی ئیدمانیەکی سەخت بووایە ئەوە کەس نەیدەتوانی وا بە ئاسانی واز لە جگەرەبهێنێت و دەستی لێ هەڵبگرێت وە کاری جگەرە وازلێهێنان دەبووە کارێکی زۆر ئەستەم و گران و محاڵ وە کەم کەس دەیان توانی کە وازی لێ بهێنن سەربەخۆو بە ئاسانی) بەڵام ئێمە هەمووما‌ن بینیومانە و بیستوومانە کە زۆر لە خەڵکانێ کە چەندەها ساڵ جگەرەیان کێشابوو لەگەڵ ئەوەشدا دوایی وازیان لە جگەرە کێشانیان هێنا و توانیان کە دەستی لێ

هەڵبگرن و کە چیتر جگەرە نەکێشن بەبێ ئەوەی کە هیچ دەرمانێك بەکاربهێنن یان هیچ پزیشکێك چارە سەریان بکاتن و رێنماییان بکات و رێی یان پێ نیشان بداتن بۆ واز لێ هێنانیان لە جگەرەکێشانیان بۆیە لێرەدا دەتوانین کە بڵێین (جگەرەکێشان ئەو ئیدمانە دروست ناکاتن لەناو جەستەی مرۆڤدا کە (مواد مخدر) ماددە بێهۆشکەرەکان دروستی دەکەن) بۆیە دەتوانم کە بڵێم (جگەرەکێشان خوویەك و (تەعوود) و فێربوونێکە پێش ئەوەی ئیدمانێك بێتن) بۆیە جگەرەکێشەکان دەتوانن کە واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن بەبێ دوو دڵی بەڵێ دەتوانن وە زۆر چاکیش دەتوانن گەر خۆیان مەیلیان لێ بێتن و ئارەزووی بکەن و ویست و ئیرادەیان بەهێزبکەن وە ئەو کەم و بۆرە ئیدمانی‌یە هیچ نرخ وهێزێکی نامێنێت گەر جگەرەکێشەکان نیازیان هەبێتن و بیانەوێت کە واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن وە (بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن و زاڵ بوون بەسەر جگەرە وازلێ هێنان نابێ جگەرەکێشەکان بیر لە ڕازیکردنی مەیل و ئارەزووە نەوسنەکانیان بکەنەوە چونکە ئەو مەیل و ئارەزووانەیان گیرۆدەی داوی بۆنی دووکەڵ و نیکۆتین بوونە) بۆیە من کارم بەوە نی‌یە کە جگەرە تا چ ڕادەیەك ئیدمان دروست دەکاتن بۆ مرۆڤ وە هەموو مەبەستم ئەوەیە کە (هەر مرۆڤێ‌گەر بیەوێت و نیازی هەبێت دەتوانێت کە واز لە جگەرەکێشانی بهێنێت بەبێ دوو دڵی و دڵە ڕاوکێ‌یی).

٦. ئایا جگەرەکێشان خەفەت و گرفت لەناو دەبات؟

زۆر لە جگەرەکێشەکان هەیە کە کاتێ پێیان ئەڵێیت جگەرە کەم بکێشن یان وازی لێ بهێنن لە وەڵامدا دەڵێن (ناتوانین خەفەت و پەژارەمان زۆرە. کێشەو گرفتمان هەیە) وەڵامدانەوەی بەم جۆرە سەیرە باشە ئایا جگەرەکێشان دەبێتە هۆی لەناوبردن و کەمکردنەوەی خەفەت وپەژارە یان ئەو دووکەڵەو نیکۆتینە هیچ گیروگرفتێك چارەسەردەکات؟ ڕاستی‌یەکەی ئەوەیە (هەرگیز جگەرەکێشان نابێتە هۆی کەمکردنەوەو لەناوبردنی خەفەت و پەژارە وە هیچ گرفتێك چارەسەر ناکاتن) بەڵکو خەفەت و گرفت زیاترو خراپتر و ئاڵۆز تری دەکاتن و دەردەسەری زیاتر دەکاتن بۆ ئەو کەسەی کە جگەرە دەکێشێتن لەبەر ئەو هۆیانەی خوارەوە:

ا- ئەگەر جگەرەکێش لە خەفەتی هەژاری و نەداری و دەست کورتی جگەرە ئەکێشێتن ئەوە جگەرەکێشان گەرچی چارەسەری باری هەژاری و دەست کورتی ئەو ناکاتن لەگەڵ ئەوەشدا جگەرەکێشان دەبێتە هۆی خراپترکردنی باری ئابووری و تێکدانی گوزەرانی وە وای لێ دەکاتن کە پارەی زیاتر بەفیرۆ بدات و تەنگ دەستی زیاتر بێت و باری ئابووری بەجارێك تێك بچێت بۆیە ئەبێ ئەو کەسە هەژارە جگەرە واز لێبهێنێت تاوەکو باری گوزەرانی ئابووری و هەژاری چاکتربێت وە ئەو پارەیەی کە بە جگەرەکێشان دەیسوتێنێت و بەفیرۆی دەدات با بە شتێکی پێویستی ژیانی بدات.

ب- ئەگەر جگەرەكێشانی لە خەفەت و پەژارەی ئەوەیە كە جستەی نەخۆشەو نەخۆشیەكی درێژخایەنی هەیە و بیَ هێزەو لەبیَ توانایی جگەرە دەكێشێتن. ئەوە هەموو كەس ئەزانێت (كە جگەرە ئەگەر چی هیچ نەخۆشی‌یەك چارەسەر ناكاتن بەڵكو جگەرە ساغیش نەخۆش دەكاتن) وە مرۆڤی نەخۆشیش بە یەكجاری لەناو ئەبات و لاوازترو بیَ هێزتری ئەكاتن و دەیفەوتێنیَ.

ت- ئەگەر جگەرەكێشانی لەبەرئەوەیە كە دەربەدەرو دوور لە كەس و كاریەتی و لە هەندەران دا دەژیەت بۆیە لە خەفەتی دووری جگەرە ئەكێشێت. ئەوە جگەرە هەرگیز نابێتە هۆی نزیك بوونەوەی ئەو لە كەس و كاری بەڵكو جگەرەكێشان تووشی خەیالات و داڵغەی بیَ هوودەو بەلاشی دەكاتن و ئازارەكانی تیرتر دەكاتن.

ج- ئەگەر جگەرەكێشانی لەبەر سیاسەتی هەڵەو ستەمی فەرمان ڕەوایەكانی ئەكێشێت. ئەوە دووكەڵە جگەرە هیچ لەبارودۆخی سیاسی ناگۆڕێت و رزگاری ناكات لە چەوساندنەوەو ژێردەستەیی بەڵكو جگەرە زیاتر دەیچەوسێنێتەوە بۆیە دەبێت هیمەت بكات و دەست بەكاربێت نەك دەست بە جگەرە.

ح- ئەگەر جگەرەكیشانی بۆ خۆشی و لەزەت و كات ڕابواردن و دووكەڵ بەباكردنە! ئەوە جگەرە بۆ ئارەزوو و خۆشی و كات ڕابواردن نابێتن بەڵكو جگەرە لەزەتی خۆشیش دەكاتن بە ناخۆشی بۆیە (هیچ زانستێك یان تاقیكردنەوەیەك ئەوەی

نەسەلماندووە کە جگەرەکێشان چارەسەری خەفەت و پەژارەدەکاتن بەڵکو خەفەت و گرفت زیاتر دەکاتن و مرۆڤ لەناو ئەبات. بۆیە دووکەڵە جگەرە بۆ چارەسەری کۆسپ و تەگەرەو خەفەت نابێت. بۆیە گەر هەر جگەرەکێشی ئەیەوێت خەفەت و پەژارەو کەسەر و ئازارو تەنگانەو گرفتی بە جگەرەکێشان چارەسەر بکاتن و لەناوبباتن ئەوە خۆی هەڵئەخەلەتێنێ و فێڵ لە خۆی دەکاتن وەکو ئەوەی بۆ نموونە (کابرایەك بکەوێتە ناو بیرێکەوە وە هەر چەند هەوڵبدات نەتوانێت رزگاری بێت و دەربچێت لەناو بیرەکە بۆیە کابرا دەست بکاتن بە هەڵکەندنی ژێر خۆی بەڵکو بگاتە شوێنێك بەو هەڵکەندنەی وە رزگاری بێت لەناو بیرەکە ئایا ئەو کابرایە بە قوڵکردنی بیرەکە ڕزگاری دەبێتن؟ نەخێر بەڵکو هاتنە دەرەوەی گرانترو دژوارتر ئەبێ بەو قوڵکردنەی بیرەکە. بۆیە مرۆڤی ژیرو زاناو تێگەیشتوو ئەبێت بە بیرکردنەوەو ڕاو تەگبیر خۆی لە تەنگانەو گرفت دەربکات و خۆی ڕزگار بکاتن نەك بە نەزانی و سەر لێ شێواوی وە هەڵە بە هەڵە چارە بکات چونکە بە کاری هەڵە هیچ گرفتێ چارەسەر نابێت بەڵکو خراپترو هەڵەکە گەورەتر دەبێت لێرەدا دڵ تەنگی و خەفەت و پەژارە و گرفت و کێشە بە جگەرەکێشان و دووکەڵ بەباکردن چارەسەر ناکرێ هەرگیز چونکە (جگەرەکێشان خۆی بە تەنها مایەو هۆی خەفەت و گرفت و پەژارەیەکی زۆرە ئینجا چ بکات بەوەی کە جگەرە خەفەت و دەرەدەسەری لە کۆڵ مرۆڤ بکاتەوە).

٧. جگەرەکێشان بۆ کات ڕابواردن و دووکەڵ بەباکردن نابێت

لەڕاستیدا هەندێ کەس گەرچی جگەرەکێش نینە بەلام لە هەندێ کاتی تایبەتیدا جگەرە دەکێشن و دووکەڵەکەی بەبا دەکەن یان نێرگلەدەکێشن وە بە تەواو مانا جگەرەکێش نینە وە پاکەتە جگەرە هەڵناگرن وە بە مەیل و ئارەزووی خۆیان جگەرە دەکێشن وە هێشتا بە تەواوەتی جەستەیان فێری نیکۆتین نەبووە وە جگەرەکێشان نەبۆوەتە خوویەکی بەردەوام بۆیان وە لە هەندێ بۆنەو کاتدا تووشی جگەرەکێشان دەبن وە یان بۆ کات ڕابواردن و کات بەسەر بردن جگەرە دەکێشن دەبێت (ئەم جۆرە کەسە سادانە هەتا وەکو زووەو کار لە کار نەترازاوە و دووکەڵ و نیکۆتین دەسەلاتی بە تەواوەتی بە سەردانەکردوونە و نەیخستۆتنە ژێر فەرمانی خۆی وە هێشتا ئەو کەسانە نەبۆتنە دیلی جگەرەو زەلیل نەبوونە لەژێر چەپۆکی دووکەڵ وە نیکۆتین هەموو جەستەیانی ژەهراوی و داگیرنەکردووە دەبێت ئەم جۆرە کەسانە واز لەم جۆرە جگەرە کێشانەیان بهێنن تاوەکو گیرۆدەی داوی جگەرەکێشان نەبوونە بە تەواوەتی و یەکجاری) وە ئەو کەسانەی کە بۆ هەواو خۆشی و کات بەسەربردن و ڕابواردن دووکەڵە جگەرە بەبادەکەن (وە نازانن کە چ ژەهرێکی کوشندەی ترسناک هێواش هێواش بە جەستەی خۆیان فێردەکەن گەر دەزانن ئەنجام و پاشە ڕۆژی کارەکەیان چەند ترسناکە ئەوە هەرگیز بەردەوام نابن لەسەر ئەم کارە هەڵەیان وە دووبارەی ناکەنەوە) وە ئەو کەسانەی کە بە بۆ نەیەکەوە یان بە ڕێک کەوتنێک جگەرەیەک یان چەند جگەرەیەکیان کێشاوە و

دووکەڵەکەیان بە باکردووە وەکو بۆ نموونە (ئەو کەسەم دێتە بەرچاو کە مەلەوانی نازانێت و لە ئاوێ زەبەلاح و گەورەو قووڵدا مەلە دەکات کە بە تەنکاوی کەناری پێشەوەی ئاوەکە دڵخۆشەو هەڵبەز هەڵبەزو شەپە شەپیەتی بەلام بەرە بەرەو بێ ئاگایانە دەچێت بەرەو قوڵایی ئاوەکە وە نازانێت کە چ جۆرە مەرگێکی ترسناك چاوەڕێی دەکات کە بە مەیل و پای خۆی بەرەو مەرگ هەنگاو دەنێ بەبێ ئەوەی کە هەست بکات و ترسناکی کارەکەی بزانێت. وە مرۆڤ دەتوانێت لە ئاوی تەنکاودا بە مەیلی خۆی بێتە دەرەوە بەلام کە کەوتە ناو قوڵایی ئاوەکە ئەوسا هاتنە دەرەوەی گرانەو دەبێتە کارێکی ئەستەم و لەوانەیە تووشی خنکان بێتن و ڕزگاربوونی گران و دژوار دەبێتن) بۆیە ئەو کەسانەی کە جار بە جارێ دووکەڵە جگەرە بەبادەکەن تاوەکو زووەو (لە تەنکاوی ئاوەکەن) واتە لەسەرەتای کارەکەن ئەوە وازبهێنن و چیتر جگەرنەکێشن بۆ کات ڕابواردن هەتاوەکو (نەگەیشتوونەتە ناو قوڵایی ئاوەکە) ئەوسا ڕزگاربوونیان گران و دژوار دەبێتن هەروەکو واز لێ هێنان لە جگەرەکێشان دژوارو گرانە بۆیە دەبێت ئاگامان لە خۆمان بێتن لەو کاتانەی کە یەکێك جگەرەمان پێش کەش دەکاتن وەکو بۆ نموونە (تۆ لەگەڵ چەند کەسانێك لە گەشت و سەیرانی یان تۆ لەگەڵ چەند کەسانێك لە ژوورێکدا کار دەکەیت وە یەکێك جگەرەیەکت پێشکەش دەکات و پێت دەڵێت ها ئەم جگەرەیە دووکەڵەکەی بەبابکە جانم کەس بە جگەرەیەك فێرە جگەرەکێشان نابێتن تۆش لە کەمتەرخەمیت و سادەییت جگەرەکە وەردەگریت و دووکەڵەکە بەبا دەکەیت

بەراستی کارێکی هەڵەیە هەرگیز ئەم کارە هەڵەیە ئەنجام نەدەیت وە گەر ئەنجامیشت داوە ئەوە هەرگیز دووبارەی نەکەیتەوە دەنا وەکو پاشەرۆژێکی دووکەڵاوی و ژەهراوی چاوەرێت دەکاتن کە پرە لە نەهامەتیو پەشیمانی و زیان لە خۆدان هەر بۆیە (مرۆڤ نابێت لە هیچ کات و بارێکدا جگەرە لە کەس وەربگرێت وە نابێت بۆ کات رابواردن و کات بەسەربردن و خۆشی و ئارەزوو دووکەڵە جگەرە بەبا بکاتن) هەر بۆیە پێویستە کە هەموو کەسێك (لە ووردەو جارنەجار و کەم کێشانی جگەرە خۆی بپارێزێت چونکە جار نە جارو دانە دانە جگەرەکێشانە دەبێتە هۆیفێربوون و پاکەتە جگەرە هەڵگرتن وە جگەرە فێربوون خۆی هەر بەم جۆرەیە لە سەرەتادا) بۆیە (مرۆڤ نابێت جگەرەکێشانی جار بە جار و دانە دانە بە کاروشتێکی سادەو ساکار دابنێت و گرنگی بە زیانەکانی نەدات و کوێرانە دووکەڵ بەبابکات و خۆی بەرەو فێرە جگەرەکێشان ببات).

٨. ئایا جگەرەکێشەکان پێناسەیان چیە بۆ دیاردەی جگەرەکێشانیان؟

ئایا جگەرەکێشەکان چ پێناسەیەکیان هەیە بۆ دیاردەی جگەرەکێشانی خۆیان؟! ئایا لەپێناوی چیدا گیانیان ئەخەنە مەترسییەوەو جەستەی خۆیان دەکەنە قوربانی نیکۆتین؟! ئایا دووکەڵی جگەرەکانیان چ سوود و جوانییەك و بریقەیەك بۆ سەر کاتەکانی ژیانیان زیاتر دەکات و پێی دەبەخشێت؟ ئایا گەر جگەرە نەکێشن چ زیانێك دەبینن و چییان بەسەر دێت و چییان

لێ کـەم دەبێتـەوە؟ ئایـا گـەر جگـەرە واز لێبـهێنن کـێ سـزایان دەدات؟ لـێرەدا گــەر جگەرەکێشــەکان هیــچ وەڵامێکیـــان بـــۆ پرسـیارەکانم نی‌یــە وە هیــچ پێناسـەکیان نی‌یـە بـۆ دیـاردەی جگەرەکێشـــانیان وە هـــەر بـــەردەوامیش دەبـــن لەســـەر جگەرەکێشانیان ئەوە (ئەگـەر هـاتوو رۆژێـك لـە ڕۆژان و کـاتێك نەخۆش کەوتن و نـەخۆش بوون و چوونە لای پزیشـك وە دوای پشکنینیان لەلایەن پزیشکەوە دەرکەوت کە جەستەیان بەهۆی جگەرەکێشانەوە تووشی یەکێ لە نەخۆشی‌یە هەرە ترسناکەکان بـووە وەکـو نەخۆشـی (جۆرەهـا سـەرەتان و جۆرەهـا نەخۆشـی قورگ و سی‌یەکان و گەدەو دڵ) جگەرەکێشەکان دوای بیستنیان بـە تووشـبوونی ئـەو جـۆرە نەخۆشـی‌یانە بـا هیـچ نەشـێوێن و شپرزە نەبن تێك نـەچن و سەرسام نەبن و مـات و مـەلول نـەبن و خەفـەت و پـەژارە دایـان نـەگرێت بـەوەی کـە ژیانیـان کەوتۆتـە مەترسی‌یەوە و بۆنی مردنیان هاتۆتە کونە لووتەوە! چونکە (هەر خۆیان چەندەها ماوەو ساڵە کە جگـەرە دەکێشـن و پـڕ جەسـتەی خۆیانیـان لـە ژەهـری نیکۆتـین کـردووە ڕێگایـان بـۆ ئـەم جـۆرە نەخۆشیانە ئاسان و خۆش کردووە! ئیتر چـۆن و لەبـەرچی بـە بیستنی ئەوەی کە تووشـی یـەکێ لـەم جـۆرە نەخۆشـانە بوونـە سەرسـام دەبـن و دەترسێن و دڵـەڕاوکێ و پەشـێوی دەیـانگرێت مەگەر پێش ئەوەی تووشـی ئـەم جـۆرە نەخۆشیانە بێـن هـەزاران جارو کـەڕەت گوێیـان لـەوە نـەبووە کـە جگەرەکێشـان بـە زیانـەو مەترسی ترسناکی هەیە بۆ سـەر تەندروسـتی جگـەرەکێشـەکان و تووشـی جۆرەهـا نەخۆشـی وەکـو سـەرەتان و نەخۆشـی‌یەکانی

تریان دەکاتن وە دەبێت واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن) بۆیە ئەی جگەرەکێشەکان تاوەکو تووشی ئەم جۆرە نەخۆشیانە نەبوونە واز لە جگەرەکێشان بهێنن هەروەها تاوەکو ئەو پەندە ئێوەی نەگرتۆتەوە کە دەڵێت (اعذر من انذر) ئێوەش ئەوە ئاگادارکرانەوە کە جگەرە هۆی تووشبوونی جۆرەها نەخۆشی ترسناك و کوشندەیە وە ئەگەر (لەمەودوا واز لە جەرەکێشانتان نەهێنن ئەوە ئەگەر نەخۆش بوون ئەوە ئۆباڵی خۆتان بە ملی خۆتان) وە خۆتان ئامادەبکەن لەوانەیە زووو یان درەنگ تووش بەو نەخۆشیانە بێن ئەوساکە سەرسام مەبن وە گلەیی لە هیچ کەس مەکەن وە خۆتان لۆمە بکەن. بۆیە ئەگەر گیانی خۆتان خۆش دەوێت وە گرنگی بە پارێزگاری کردنی تەندروستی خۆتان دەدەن ئەوە پێش ئەوەی کە بەهۆی جگەرەکێشانتانەوە ئەوە تووشی نەخۆشییەکی ترسناك و کوشندە بن ئەوە تاوێك دابنیشن و بیربکەنەوە و خۆتان دادگایی بکەن و لۆمەی خۆتان بکەن بەوەی کە جگەرە دەکێشن و زیان لە خۆتان دەدەن و دوژمنی جەستەو گیانی خۆتانن. دەناوەکو (دوای ئەوەی کە تووشی نەخۆشییەکی ترسناك بوون لۆمەو سەرزەنشت کردنی خۆتان هیچ کەڵك و سوودێکی نییە!).

٩. مرۆڤ توانا وهێزی زۆرە گەر خۆی لاواز نیشان نەدات

هەندێ کەس بۆ ئەنجام دانی زۆر کاری سادە و ئاسان هەر زوو بێ توانایی نیشان دەدەن وە لە سەرەتادا دەڵێن ناتوانین ئەم کارە ئەنجام بدەین! یان دەڵێن ناتوانین ئەم ڕەفتارە واز لێ بهێنین

یان دەڵێن ناتوانین ئەم خووە بەدو ناشیرین و بە زیانە لە خۆمان دووربکەینەوە گەر چی لەڕاستیدا ئەم جۆرە کەسانە هەر خۆیان وایان کردووە کە وورە نزمی و وویست و ئیرادەی لاوازو ناتوانایی لەناو دڵ و دەروونیاندا ڕەگ داکوتێت و هەر لەسەرەتادا هەوڵی چاکیان نەداوەو ژیرانە بیریان نەکردۆتەوەو چۆنیەتی ئەنجامدانی کارەکانیان هەڵنەسەنگاندووە و توانایی و هێزی خۆیانیان تاقی نەکردۆتەوە کە ئایا دەتوانن ئەم کارە ئەنجام بدەن یان نا. وەکو بۆ نموونە (بە هەندێ کەس دەڵێن وەرە جگەرە واز لێ بهێنەو خۆت ڕزگار بکە لە زیانی ئەو بەڵایە! لە وەڵاماندا ئەو کەسە دەڵێت من ناتوانم و توانای ئەوەم نییە کە یەك کاتژمێر بە بێ جگەرە هەڵ بکەم ئێستا چۆن توانای ئەوەم هەبێت کە بە یەکجاری واز لە جگەرە بهێنم محاڵە کە بتوانم!) ئەو کەسە بیری لەوە نەکردۆتەوە کە ئایا بۆچی ناتوانێ کە یەك کاتژمێر بەبێ جگەرە هەڵ بکاتن! ئایا ئەو کەسە چی بەسەر دێت و چی لێ دێت کە ئەگەر دوو کاتژمێر جگەرە نەکێشێتن ئەو کەسە ژیرانە بیری نەکردۆتەوە (وە لەسەرەتادا بە ووشەی ناتوانم بیروباوەڕێکی لاوازو ناتەوانیەکی لەناو دڵ و مێشکی دا دروست کردووە بەرامبەر بە جگەرە) ئەو بە ووشەی (ناتوانم) هەموو ئەگەرەکانی تواناو هێزو ووشەی دەتوانمی کووشتووەو لەناوبردووە ئینجا چۆن توانای ئەوەی دەبێت کە واز لە جگەرەکێشانی بهێنێت ئەو (تواناو خۆڕاگری و هەوڵدان و تەقەلای خۆی پشت گوێ خستووەو بە تەنها ووشەی ناتوانمی هەڵبژاردووە!) باشە ئەگەر بێتو هەموو مرۆڤەکان وەك ئەو کەسە

بیر بکەنەوەو هەر وا زوو بۆ ئەنجام دان و جیٚبەجیٚکردنی هەموو جۆرە کارێك بڵێن ناتوانین یان لە تواناماندا نی‌یە ئەو کاتە چی بەسەر ژیانی مرۆڤ و پێشکەوتنی مرۆڤدا دەهات؟ بۆ نموونە (ئەگەر ئەو کەسانەی کە فڕۆکەیان دروست کرد یان ئەوانەی چوونە سەر مانگ ئەوانە وەکو هەندیٚ لە جگەرەکێشەکان بیریان بکردبایەوە و هەر لە سەرەتادا بیان ووتبایە (چۆن مرۆڤ دەتوانێت بە ئاسمانەوە بفڕێت! یان بیان ووتبایە چۆن مرۆڤ توانای ئەوەی هەیە کە بڕواتە سەر مانگ؟ مرۆڤ کە باڵی نی‌یەو توانای فڕینی نی‌یە!) وە ئەمانە هیچ هەوڵێکیان نەدابایە ئایا توانای ئەوەیان هەبوو کە فڕۆکە دروست بکەن یان توانای ئەوەیان هەبوو کە بیانتوانیبایە کە بچنە سەر مانگ؟ ئایا (بە بیرکردنەوەی ژیرانە و بە هەوڵدانی بیٚ ووچان و بە خۆڕاگری و وویست و ئیرادەی بە هێز مرۆڤ ئەی ناگاتە گشت ئامانجەکانی و ڕێگای بۆ ئاسان نابێت بۆ ئەنجام دانی گشت کارەکانی؟) ئایا بە ووشەی ناتوانم و نازانم مرۆڤ دواناکەوێت و ناکام نابێت لە ژیاندا؟ ئایا (دروست کردنی فڕۆکەو چوونە سەر مانگ ئاسانترە یان واز لیٚ هێنان لە جگەرەکێشان!؟) مرۆڤ بەو تواناییەو ژیری‌یەی کە خوای گەورە پێی بەخشیووە زۆر نەنگ و شوورەیی‌یە کە بڵێت ناتوانم جگەرە واز لیٚ بهێنم وە (گومان لەوەدا نی‌یە کە مرۆڤ گەر هۆش و ژیری و توانای خۆی بە گڕبخات و بە کاری بهێنێت بە شێوەیەکی چاك هەوڵ بدات ئەوە هەموو کارێکی پیٚ دەکرێت) بەتایبەتی دەتوانێت کە واز لە جگەرەکێشان بهێنێت زۆر بە ئاسانی چونکە (جگەرە ناتوانیٚ بە

زۆرو زۆرداری بێتە سەر لێومان و ئێمەش بە ناچاری مژی لێ بدەین و بیکێشین مەگەر خۆمان ئەو ڕێگەیەی پێ بدەین و بە دەستی خۆمان جگەرە بخەینە سەر لێومان و هەڵی گیرسێنین و مژی لێ بدەین و دووکەڵەکەی بخەینە ناو جەستەی خۆمان (کەواتە ستەمکارو زۆرداری سەرخۆمان هەر خۆمانین) وە تاوانباری نمرە یەك کەسی خۆمانین! بۆیە (مرۆڤ نابێت خۆی بە پێش خۆی بکەوێتەوە و بڵێیتن ناتوانم و لە توانامدا نی‌یە واز لە جگەرەکێشان بهێنم بەبێ ئەوەی کە خۆی تاقی کردبێتەوە بە کردار بۆ یەك کەرەت و جارێکیش بێتن).

١٠. زیانەکانی جگەرەکێشان

ئەگەر بمانەوێت زیانەکان و خراپی‌یەکانی جگەرەکێشان بە تەواوەتی و باشی باس بکەین و بنووسین ئەوە ئەبێت چەندەها پەرتووك بنووسین لەم بارەیەوە چونکە زیانە جۆر بە جۆرەکانی جگەرەکێشان ئەوەندە زۆرن کە لە ژمارە نایەن جگە لەوەش چونکە ئێمە هەموومان لە زیانەکان و خراپی‌یەکانی جگەرەکێشان ئاگادارین گەر خۆمان هەڵەو چەواشە نەکەین و لەبیر خۆمانی نەبەینەوە وە (هەموو چین و توێژێکی ناو کۆمەڵگا لە زیانەکانی جگەرەکێشان تا ئەندازەیەکی باش ئاگادارن و دەزانن و شارەزاییان هەیە لێی) من نازانم باس لە کام زیانەکانی جگەرە بکەم! ئەو زیانانەی کە لە تەندروستی جەستەی مرۆڤ دەدات و تووشی جۆرەها نەخۆشی ترسناك و کووشندەی دەکاتن وەکو نەخۆشی‌یەکانی جۆرەها سەرەتان و

نەخۆشیـیەکانی ناو زارو قوڕگ و سیـیەکان و دڵ و کۆئەندامی هەرس و جۆرەها نەخۆشی ترا من نامەوێت لێرەدا باسی ئەو نەخۆشیـیانە بکەم کە بەهۆی جگەرەکێشانەوە تووشی مرۆڤ دەبن بەڵام دەڵێم (بەڕاستی مەخابن بۆ ئەو کەلەشەو جەستەیە پاك و خاوێن و چاکەی کە خوای گەورە بە ئێمەی بەخشیووە دەچین بە دەستی خۆمان نەخۆش و پیس و ناشیرینی دەکەین) هەر بۆیە ساڵانە هەزاران کەس دەمرن بەهۆی زیانەکانی جگەرەکێشان و تووش بوونیان بە جۆرەها نەخۆشی کووشندە! یان باسی زیانەکانی ئابووری بکەم کە جگەرە لە مرۆڤی دەدات کام ئابووری؟ ئابووری کەسی جگەرەکێشەکە یان ئابووری خێزانی جگەرەکێشەکە یان ئابووری وڵاتەکەی یان ئابووری گشت جیهان! وەك بۆ نموونە (ئەگەر دەزانیت کە ئەو هەموو پارەو سامانەی کە ڕۆژانە لە جیهاندا بە جگەرەکێشان و چارەسەرکردنی ئەو نەخۆشیـیانەی کە بەهۆی جگەرەکێشانەوە تووشی مرۆڤ دەبێتن خەرج دەکرێتن کە چ زیانێك لە ئابووری گشت جیهان دەدات چەندەیە؟!) بۆیە دەڵێم (ئەگەر هاتوو خەڵك بەو هەموو پارەو پوولەی کە خەرجی جگەرە کڕینی دەکەن بۆ ئەوەی کە بیسووتێنن و بیکێشن گەر ئەو پارەی جگەرە کڕینە کۆبکرێتەوە و دابەش بکرێت و بیدەنە مرۆڤە هەژارەکانی گشت جیهان ئەوە کەسی برسی نەدەمایەوەو ئەوەندەش بەو ئەندازەیە خەڵکی نەخۆش نەدەکەوتن بە هەڵمژینی دووکەڵ و نیکۆتینی جگەرە!) یان باسی ئەو زیانانە بکەم کە بە هەوا دەگەیەنێت و ئالوودەو پیسی دەکاتن. کام هەوا؟! هەوای ژووریماڵەوە یان

هــەوای شــوێنی ســەرکارکردن یــان هــەوای نــاو پــاس و ئۆتۆمبێلەکان یان هەوای ناو بازاڕ و ناو شار یان هەوای ژینگە بە گشتی کە پیس دەبێتن و زیان دەبینێت بەهۆی دووکەڵی جگەرەکێشانەوە! یان باسی ئەو زیانانە بکەم کە بەهۆی جگەرەکێشانەوە مافی ملیۆنەها کەس پێشێل دەکرێت ڕۆژانە لە جیهاندا کە بەبێ ئەوەی کە جگەرەبکێشن دووکەڵە جگەرەی خەڵکی دەچێتە ناو زارو قورگ و چاوو کونە لووت و سییەکانیان و زیانی زۆریان پێ دەگەیەنێت! یان باسی ئەو زیانانە بکەم کە بەهۆی قونکە جگەرەو قەپێلکە پاکەت و سۆتکەی توتن کە لەناو ماڵان و شوێنە گشتییەکان و سەر جادەو شەقامەکان و ناو بازاڕو شارەکان و دەشت و کێوەکان کەوتوونەو فڕێ دراون و بوونەتە هۆی پیسی و ناشیرین کردنی دیمەنی سروشتی پاکی زەوی! یان باسی ئەو زیانانە بکەم کە بەهۆی ئاگری جگەرەکێشەکان ڕوویان داوە وەکو سووتانی ماڵێك و خانووبەرەیەك یان کێڵگەی دەغڵ و دان و دارستانێك یان سووتانی کارخانەیەك یان بەنزینخانەیەك یان ئۆتۆمبێلێك یان (سووتانی ڕوومەتی منداڵێك بە ئاگری جگەرەکێشێك کە ئەو منداڵە دەستی دایکی گرتووەو لە باخچەیەکی گشتیدا پیاسەی دەکردو خۆشی و خەندەی لێ دەبێتە گریان!) یان باسی زیانی جگەرە بکەم بۆ سەر کۆرپەی ناو منداڵدانی ژنێکی سك پڕ کە هێشتا ئەو منداڵە چاوی بە دونیا نەکەتووە! ! ! ! یان باسی زیانەکانی جگەرە لەسەر مرۆڤێك بکەم کە بەڵغەمی بۆ دروست دەکاتن و تووشی کۆخەی دەکاتن و سمێل و پەنجەکانی زەرد

دەکاتن و ناو زارو قورگی تاڵ دەکات و هەناسە سواری دەکاتن! یان باسی ئەو زیانانە بکەم کە جگەرەکێشان (هۆکارێکی سەرەکی کووشتنی شادابیو جموجۆڵی جەستەی مرۆڤە وە زیرەکی جەستەیی مرۆڤ دەشارێتەوە و لەناوی دەبات وە دەبێتە هۆی لاوازی تواناو هێزو سروشتی مرۆڤ و تەمبەڵی دەکاتن!) یان باسی زیانی جگەرە بکەم کە زۆر جاران (ئەم جگەرە گچکەی نێوان پەنجەکانی دەست دەبێتە هۆی ڕوودان و کارەساتی ئێجگار گەورەو ترسناك و کوشندە وە زیانی گیانی و ماڵی زۆری لێ دەکەوێتەوە!) وەکو بۆ نموونە (ئەو کاکی شوفێرەی کە بۆ پێکردن و هەڵگیرساندنی جگەرەیەك دەستی لە سوکانی ئۆتۆمبێلەکەی بەردەدات و بووەتە هۆی خۆپێکدادانی بە ئۆتۆمبێلێکی تر کە بەرامبەری هاتووە یان بووتە هۆی کەوتنەخوارەوەی ئۆتۆمبێلەکەی بۆ ناو کەندێك و وەرگەڕاوەو بووەتە هۆی زیانێکی ماددی و گیانی زۆر!) یان باسی ئەو زیانە بکەم کە جگەرە مرۆڤ ڕەزاگران دەکات و جگەرەکێشەکە دەخاتە بەر قسەو تانە پێکۆتنی خەڵکی بەهۆی دووکەڵی جگەرەکەیەوە! وە هەر ئەم جگەرەکێشانەیە کە زۆرجاران سەرهەڵدەدات و وا لە جگەرەکێشەکە دەکاتن کە تریاك بکێشێت و دەست بۆ ماددە بێهۆشکەرەکان ببات! هەر بۆیە (هەر چۆنێك وبە چ شێوەیەك لە جگەرە بڕوانین بە زیانەو بێ سوودە) وە (لە خراپترین خوو و ڕەفتارەکانی مرۆڤ زیان گەیاندنە بە خۆیو خەڵکانی تر وە جگەرەش یەکێکە لەو خوو و ڕەفتارە خراپانە) وە ئەگەر (بێتوو بە دیدێکی ووردبینانە سەیری جگەرە بکەین و بیری لێ بکەینەوە

دەبینین کە جگەرەکێشان لەوە زۆر ترسناکترو بە زیانترە کە ئێمە لێی بێ ئاگاین و بە چاوێکی سادەوە سەیرمان دەکردو تێمان دەڕوانی و زیانەکانیمان پشت گوێ خستبوو!) بەکورتی جگەرەکێشان (بریتی‌یە لە جۆرەها زیان گەیاندن بە مرۆڤ) وە (من هیچ جگەرەکێشێکم نەبینیوە کە هەندێك لە زیانەکانی جگەرەی نەبینیبێت و لێی بەدیارنەکەوتبێت) گەر ئەو زیانە تەنانەت کۆخەیەکیش بێت یان بۆن ناخۆشی و بەڵغەمێکیش بێت یان هەنا سواری‌یەك بێت ئەو جگەرەکێشە زیانەکەی پێوە دیارە! وە (تاکە دەرمانی چارەسەری زیانەکانی جگەرەکێشان ئەوەیە کە وازی لێ بهێنێت و لەخۆتی دوورخەیتەوە) وە هەر کەسێك (گەر ئیمرۆ وازی لە جگەرەکێشان هێنا ئەوە سبەینێ گاڵتەی بە خۆی دێت و ئازار دەچێژێت کە چۆن ڕۆژان و ساڵانی رابردوو ئەو هەموو جگەرە بە زیانەی کێشاوە بە خەم ساردی و کەم تەرخەمی!) وە (هەر مرۆڤێکی جگەرەکێشی بە ویژدان زیان و نەنگی جگەرەکێشانی خۆی نادیدە ناگرێت و دان بە هەڵەکەی خۆی دادەنێت) ئیتر نازانم باسی کام لە زیانەکانی جگەرەکێشان بکەم لەناو ئەو هەموو هەزاران زیانەی کە هەیەتی ئەوەندە دەزانم بە کورتی (لە سەرەتادا کە جگەرە دروست کرا بۆ دوژمنایەتی کردنی مرۆڤ بووە وە جگەرە دوژمنی مرۆڤە وە بەردەوام بوون لەسەر جگەرەکێشان مانای جۆرەها مەرگ هێنان بۆ مرۆڤ مەرگی ئازادی و مەرگی خاوێنی و تەندروستی مرۆڤ و مەرگی ئابووری و مەرگی پاکی ژینگەو مەرگی کاتەکانی ژیانی مرۆڤ و جۆرەها مەرگی تر!) بۆیە (تەنها ڕێگاچارە بۆ پێش لێ گرتنی ئەو

جـۆره مەرگانــەو ڕزگــاربوون لــە گشــت زیانــەکانی جگــەره وازلێهێنانه لە کێشانی) لە کۆتـایی‌دا زیانـەکانی جگەرەکێشـان زۆر لەوە زیـاتره کـە لـێرەدا خسـتوومەته سـەر کاغـەزو بـەرچاو گـەرچی لەڕاسـتی‌دا مـن لـە سـەرەتادا نیـازی ئـەوەم نـەبوو کـە زیانـەکانی جگـەره بـە دوورو درێــژی بـە دیارخـەم و لەسـەری بنووسم. وه (لەو خاڵانـەی کـە لـە لاپـەڕەکانی لەمـەودواوه دێـن زیانه جۆر به جۆرەکانی جگەرەکێشانمان بۆ بەدیاردەکەوێت بە باشی و بە ڕۆنی!).

١١. جگەرەکێشان کاریگەری و زیانی لەسەر هەندێ کەس زیاترە!

جگەرەکێشانیش هـەندێ جار کاریگــەری و زیـانی لەسـەر هەندێ کـەس زیـاتره لـە هـەندێ کەسـی تـر! ئـەویش بەهۆ چـەند هۆیەکەوەیه ئینجا ئەو هۆیـە (پـەیوەندی هـەبێت بە هێزو لاوازی جەسـتەی جگەرەکێشـــەوه بێــتن کــە تــا چ ئەندازەیــەك بەرگــەو بەرگری هەیه له بەرامبەر بە نیکۆتین یان پەیوەندی بە چۆنیـەتی جۆری زۆری و کـەمی جگەرەکێشـانی ئـەو کەسـە بێـتن کـە ئایـا ڕۆژانـە چەند دانـە جگـەره دەکێشـێتن یـان بـەهۆی جـۆرو کـارو پیشـەوەی بێـتن کـە تـا چ ئەندازەیـەك جموجــۆڵ و جوڵانـەوەی تیــادابێتن کارەکـەی یــان بـەهۆی شــوێنی گــوزەران و ژیــانی جگەرەکێشەکەوه بێتن کە تا چ ڕادەیەك ئاوو هەوای سازگارو پاك و خاوێنـە یـان جۆری هەواکەی پیــس و ئالوودەیـه؟!) وەکـو بـۆ نموونه (جارێك کوڕێـك ووتـی مـن باپیرەم تەمـەنی حەفتاو پێنـج ساڵەو زیاتر لە پەنجا ساڵ جگەرەی کێشاوه و ڕۆژانـە پاکـەتێکی

زیاتر کێشاوه بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا تووشی نەخۆشییەکی ئەوتۆ نەهاتووه کە لە دەست و پای بخات یان تووشی نەخۆشییەکی ترسناک نەبووه بە ڕادەیەك کە ژیانی بخاتە مەترسیەوه! منیش هەستام و چوومە لای باپیری ئەو کوڕه و چەند پرسیارێکم لێ کرد (لەبارەی چۆنیەتی باری تەندروستی و تەمەنی و ماوەی جگەرەکێشانی و جۆری کارو پیشەیی و شوێنی بەسەربردنی ژیانی!) بۆم دەرکەوت کە باپیرەی ئەو کوڕه ماوەیەکی زۆره جگەره دەکێشێت وه کارو پیشەی زۆربەی لەسەر زەوی کێڵان و دوورینەوەی دەغڵ و دان و شینایی کردن و ئاودانی بێستان و مەڕ لەوەڕاندن و هاتوچۆکردن بووه لەناو دەشت و سەر گردو شاخ و ناو دۆڵ دا بە کورتی ئەم پیاوه پیره (جموجۆڵێکی باشی جەستەیی و هاتوچۆکردنێکی چاکی هەبووه کە بووەتە هۆی ئەوەی کە جەستەی بەهێزو ساغ و تەندروست باش بێتن و کاریگەری زیانی جگەرەکێشانی لەسەر کەم ببێتەوه!) هەروەها ئەم پیاوه پیره (زۆربەی بەسەربردنی کاتەکانی تەمەنی ژیانی لە دەشت و چۆڵی و سەر شاخ و ناو شینایی و بێستان بەسەربردووه کە ئاوو هەوایەکی ساف و ساغ و پاك و بێگەردی هەڵمژیووه!) لێرەدا بۆمان دەردەکەوێت کە بۆچی جگەرەکێشانەکەی ئەوەندە کاریگەری خراپی لەسەر نەکردووه گەرچی جگەره زیانی خۆی هەر لێداوه بایی ئەوەندە لەوانەیە گەر جگەرەکێش نەبایە تەندروستی باشتر دەبوو و ژیانیشی خۆشتر دەبوو لەلایەکی ترەوه (مەرج نییە هەر کەسێ لە دەشت و کێوو ناو شاخ و شینایی و بەر مەڕ کاربکاتن و بژیەت و

جموجۆڵی چاکی هەبێتن جگەرە زۆر کاریگەری خراپی لەسەر نەکاتن! لەوانەیە هەندێ کەس وەکو باپیرەی ئەو کورە لە هەمان شوێن و جێگادا ژیاون و هەمان کاریان کردووە بەلام جگەرە تووشی جۆرەها نەخۆشیانی کردووە و لەناویانی بردووە!) بۆیە جگەرەکێشەکان نابێت دڵ بەوە خۆش بکەن کە ئەو کەسەی زۆر بجولێتەوە و لە هەوای پاك و ساف دا بژیەتن کاریگەری خراپی لێ ناکات! بەڵکو جگەرەکێشان زیانی خۆی هەر دەگەیەنێت! بەلام لێرەدا من مەبەستم ئەوەیە کە ژیانی کابرایەکی جگەرەکێشی ناو ئاوو هەوایەکی خاوێن و پاك و هەروەها کارو پیشەیەکی پڕ لە جموجۆڵ و هاتوچۆکردن چاکترە لە ژیانی کابرایەکی تر کە جگەرە دەکێشێت و هیچ جموجۆڵێکی جەستەیی نی‌یە و لەناو شارێکی هەوا دووکەلاوی دەژیت و خۆی هەموو کاتێ قانك داوە بە دووکەڵە جگەرە! هەروەکو ئەم نموونەیە (ڕۆژێك کوڕێکی تر بۆی گێڕامەوە و ووتی من باوکم تەمەنی چل و پێنج ساڵەو نزیکەی بیست و پێنج ساڵە جگەرە دەکێشێتن و تووشی جۆرەها نەخۆشی بووە بەهۆی جگەرەکێشانی‌یەوە و لە ماڵەوە لە پەل و پۆ کەتووەو لەسەر جێگادا خۆی لێ خستووە! منیش هەڵسام و چوومە ماڵی باوکی ئەو کوڕەو چەند پرسیارێکم لێ کردو بۆم دەرکەوت کە باوکی ئەم کوڕە ماوەیەکە جگەرە دەکێشێ و پیشەی کارمەند بووەو لەسەر کورسی و مێزکاری کردووەو بە ئۆتۆمبێل هاتوچۆی سەر کاری کردووە و دوای تەواوبوونی کارەکەی و کاتی دەرچوونی لە ماڵەوە هەر بە ئۆتۆمبێل چۆتە چایخانەو بۆ چەند کاتژمێری لە چایخانە لەگەڵ هاوڕێی یەکانی

دانیشــتووه و دەســتی کــردووه بــە جگەرەکێشــان وە هــەوای دووکــەڵاوی نــاو چایخانەکــەی هــەڵمژیووە وە زۆربــەی ڕۆژانــی کاتــەکانی ژیــانی بــەم جــۆرە دووکەڵاوی‌یــە بەســەربردووە! ! !) لــێرەدا بۆمــان دەرکــەوت کــە بــاوکی ئــەم کــوڕە (هیــچ جــۆرە جموجۆڵێك و هاتوچۆیەکی جەستەیی لەناو کارەکانی‌دا نەبووە لەگــەڵ ئەوەشــدا هیــچ جــۆرە وەرزشــێکی نــەکردووە وە کاتــە بەتاڵەکانیشی بە جگەرەکێشان و دانیشتن لە چایخانەو شوێنی هەوای پیس بەسەربردووە کە ئەو جەستەیەی وە بەتایبەتی ئەو سیپەلاکە بەستەزمانەی ڕۆژانە هیچ هەوایەکی ساغ و ساف و پاکی هەڵ نەمژیوە! وە لەلایەکی ترەوە باوکی ئەم کوڕە هەموو کارەکانی بە سواری ئۆتۆمبێل ڕاپەراندووە! وە هــەموو تەمــەنی ژیانیشی لە شارێکی قەڵەباڵغی پڕ لە دووکەڵ بردۆتە سەرو ژیاوە!) لێرەدا گەرچی باوکی ئەم کوڕە نیو ئەوەندەی باپیرەی کوڕەکەی تر جگەرەی کێشاوە بەڵام تەندروستی خراپترو زیانی زۆرتــر دیبــوو لــە دەســت جگەرەکێشــانەکەی! لــێرەدا بۆمــان دەردەکەوێت کە هەندێ جار (کە جموجۆڵ و جوڵانەوە و جۆری کارکردن و شوێنی ژیانی جگەرەکێشەکان کاریگەری باش و خراپی هەیە لەسەر تەندروستی جگەرەکێشەکان بۆیە ئامۆژگاریم بۆ (ئەو کەسانەی کە جگەرە زۆر دەکێشن و هیچ وەرزشێك ناکەن و تەمبەڵ لە ماڵ و چایخانەکان و سەرکارەکانیان لێ کەتوونەو خەریکی جگەرەکێشانن هەموو کاتێ و هەناسە وسوارن و حەز بە هیچ جموجۆڵ و هاتوچۆیەك ناکەن ئەم جۆرە کەسانە زیانی زیاتر دەبینن لە کەسانێکی تر کە جگەرە کەمتر دەکێشن و

ژیانیشیان پڕ جولانەوەو جموجوڵە!) بۆیە زۆر پێویستە بۆ ئەو کەسانەی کە جگەرە زۆر دەکێشن بە ئاگابن و ئاوڕێك لە تەندروستی خۆیان بدەنەوە و واز لە جگەرەکێشان بهێنن یان کەمی بکەنەوە وە گەر جموجۆڵیان کەمە ئەوە جار بە جار بچنە دەرەوەی شارو تۆزێك پیاسەبکەن و بە پیا بەسەر گردو شاخ دا بکەون تاوەکو تاوێك جەستەیان بحەسێتەوەو بەتایبەتی سیپەلاکیان هەوای پاك و ساف هەڵمژێ و ئۆخەیەك بکاتن!).

١٢. لە هەندێ کاتدا جگەرەکێشان زۆر زۆر بە زیانە

(جگەرەکێشان لە هەموو کات و لە هەموو شوێنێکدا زیانی هەیە بۆ هەموو کەسێك و بۆ گشت جۆرە تەمەنێك خراپە) بەڵام لە هەندێ کاتی تایبەتیدا جگەرەکێشان ئێجگار زۆرو چەندەها بەرابەر لەکاتی ئاسایی زیانی زیاتر هەیە وە زۆر کاریگەرییەکەی ترسناکە لەسەر جگەرەکێشەکە وە دەبێت ئاگادارین جگەرەکێشەکان لەم کاتانەدا.

ا– کاتی مرۆڤ بە هەر هۆیەکەوە کە زۆر ماندووە و هەناسە سوارەو پێویستی بە هەوایەکی پاك و پڕ لە ئۆکسجینە بەڵام لەم کاتەدا جگەرەی لەناو زارە و مژی لێ ئەدات و دووکەڵەکەی بەو ماندووبوونە. ئەخاتە ناو سی‌یەکانی و کە ئەو دووکەڵە بەجارێ هەناسە سوارو تەنگە نەفەسی دەکات وە ئەو کەسە دەست دەکاتن بە کۆخین و هەڵپەڕین!

ب– زۆر وەرزشەوان هەیە لەکاتی وەرزش کردن کە مرۆڤ زۆر ماندووە و پێویستی بە پشوودانە بەڵام ئەوان دەچن جگەرە

دەكێشن! وەكو زۆر لەو كەسانەی كە تۆپی پێ دەكەن گێمی یەكەم تەواو دەبێت و دەچن بۆ جێگای پشوودان بۆ ئەوەی پشوو بدەن و بەهێزبنەوە بۆ گێمی دووەم بەلام هەندێكیان دەست ئەكەن بە جگەرەكێشان! وە ئەمە كارێكی ترسناك و خۆكوژیە و زۆر هەڵەو خراپە چونكە ئەو پازدە چركەیەی كە بۆ ئامۆژگاری و پشوودان دانیشتوونە گەر جگەرەی تیادا بكێشن وەكو بۆ نموونە وایە (كە یەكێك بریندار بێ و لەجیاتی ئەوەی مەرهەم لە برینەكەی بدات بچێت شتێكی تیژی تێوەردات و برینەكەی گەورەترو بریندارتر بكاتن!).

ت- لەكاتی خۆشۆرین و ناو گەرماوو ناو ئاودەست كە گەلێ گەرمەو هەڵماوی نەفەس برە مرۆڤ لەو كاتانەدا بە زۆر هەناسە دەكێشێ و پێویستی بە هەوایەكی پاك و سافە بەلام هەندێ كەس بە پێچەوانەوە لەم شوێنانە دەست ئەكەن بە جگەرەكێشان و لەجیاتی هەوای پڕ لە ئۆكسجین دووكەڵ ئەكەن بە بۆری هەناسەیان وە ئەمەش كارێكی هەڵەو ترسناك و بە زیانە.

ج- لەكاتی كاركردن بەتایبەتی كاری گران و ماندووهێنەری هەناسە بڕ زۆر كەس هەیە لەكاتی كە خەریكی كاركردنەو ماندووەو عارەقە دەكاتن و هەناسەی تەنگە سەرباری ئەوە جگەرەیەكیش دەخاتە سەر زاری و بەو ماندی بوونە مژی وای لێ دەدات و دووكەڵەكەی هەڵدەمژێت وەك ئەوەی كە بیەوێت بەو دووكەڵە ماندووبوونی سیەكانی دابمركێنیتەوە! ئینجا ئەو

کەسە دەم دەکاتەوە بە کۆخین و سوور دەبێتەوەو سیەکانی خەریکە بتەقن لە تەنگە نەفەسی و بێزاریدا!

ح- لەکاتێ کۆمەڵە خەڵکێ زۆر دانیشتوون لە ژوورێ بچووکی داخراو وە چەند کەسانێك دەست ئەکەن بە جگەرەکێشان و هەوای ژوورەکە دووکەڵاوی دەکەن بەتایبەتی کاتی زستانان کە پەنجەرەکان داخراون وە ئەمەش کارێکی زۆر ترسناك و بە زیانە ئەو هەوا دووکەڵاوییە بۆ هەموویان!

خ- کاتی مرۆڤ برسییەو ناو زگی گەدەی هیچی تیانییە بەتایبەتی کاتی بەیانیان لە خورێنیدا جگەرەکێشان زۆر خراپ و بە زیانە.

د- لەکاتی لەناو ئۆتۆمبێلێك کە خەڵکی زۆری تیابێت جگەرەکێشان زۆر بە زیانە.

ر- لەکاتی کە یەکێك نەخۆشە بەتایبەتی نەخۆشی ڕەبۆو تەنگەنەفەسی و کۆئەندامی هەرس و حەساسیەی قورگ و سییەکانی کە هەیە زۆر ترسناکەو بە زیانە جگەرەکێشان وە بۆ هەموو نەخۆشێك و هەموو تەندروست ساغێك بە زیانە جگەرەکێشان بە گشتی.

١٣. جگەرەکێشان دەبێتە هۆی ڕەزاگرانی و یاخی بوونی مرۆڤ

دیاردەی جگەرەکێشان سەرباری ئەو هەموو جۆرە زیانانەی کە هەیەتی بۆ کەسی جگەرەکێشەکەو خەڵکی تر بە گشتی جۆرە زیانێکی تری هەیە کە ئەو زیانەش زۆر گرنگە بۆ کەسی جگەرەکێشەکە ئەو زیانەش ئەوەیە (کە جگەرەکێشان

کاریگەری ناشیرین و خراپی هەیە لەسەر ڕێزو حورمەتی کەسی جگەرەکێشەکە) وە جگەرە وا لەو کەسانە دەکاتن کە دەیکێشن (کە بە جۆرێك یاخی بن لە هەموو خەڵکی وە جۆرە دژایەتیەکی خەڵکی بکەن بەبێ ئەوەی کە خۆیان بە باشی هەستی پێ بکەن) چونکە جگەرەکێشەکان پێیان خۆش بێت یان پێیان ناخۆش بێت ئەوانەی کە جگەرە ناکێشن پێیان خۆش نی‌یە کەسێ لە نزیك و تەکیان جگەرە بکێشێت و دووکەڵ بخاتە ناو کوونە لووت و چاو قوڕگیانەوە بەڵام (لەگەڵ ئەوەشدا جگەرەکێشەکان هەرە زۆریان بەو ڕاستی‌یە دەزانن و هەستی پێ دەکەن کە خەڵکی پێی خۆش نی‌یە جگەرەیان لە نزیك بکێشن بەڵام جگەرەکێشەکان بە کەمتەرخەمی‌و ماف پێشێل کردنی خەڵکی جگەرەی خۆیان هەر دەکێشن لە هەموو کات و شوێنێك دا!) وە بەو کارە هەڵەیان جگەرەکێشەکان جۆرە (خۆویستیەکیان پێوەدیارە) وە لەلایەکی ترەوە خەڵکی شەرم دەکاتن و ڕووی ئەوەی نی‌یە کە هەموو کاتێ بە جگەرەکێشەکان بڵێن کە جگەرە لە ماڵەکەیان یان لەسەر کاریان و لە نزیکیان نەکێشن وە هەندێ لە جگەرەکێشەکانیش (خۆیان غەشیم دەکەن و جگەرەی خۆیان لە هەموو کات و شوێنێك دەکێشن) وە بۆ نموونە لە زۆر شوێن و جێگادا نووسراوە (جگەرەکێشان قەدەغەیە لێرە) یان نووسراوە (تکایە جگەرە مەکێشن) بەڵام زۆر کەس بە زەقی نووسراوەکە دەخوێننەوە و لەگەڵ ئەوەشدا جگەرە پێدەکات و دەیکێشێت لە هەمان کات و شوێندا وەك ئەوەی بەو نووسراوەی سەر دیوار بە بیری هاتبێتەوە کە جگەرەکێشە یان کاتی جگەرەکێشانیەتی!!

!)وه بەم جۆره کاره هەڵانەی هەندێ لە جگەرەکێشەکان (جۆره رك لێبوونەوەو ڕزاگرانیەك بۆ جگەرەکێشەکان پەیدادەکاتن و جۆره ڕیسوایەك و سوکایەتیەك دێنێتە سەر جگەرەکێشەکان) وە خەڵکی بە گشتی جۆره بێزاری‌یەکیان هەیە لە جگەرەکێشەکان و گلەیی زۆریان لێ دەکەن و (بە چاوێکی یاخی بوو سەیریان دەکەن و بە خۆوویست و کەم تەرخەم ناویان دەبەن! !) هەر بۆیە زۆر جاران (توتن و دووکەڵی جگەرەکێشان دەبنە هۆو مایەی ئەوەی کە ئەو کەسانەی کە بەکاریان دەهێنێت و دەیانکێشێت کە نیمچە دەرکراوێك بن لەناو ئەو کۆمەڵانەی کە جگەرەناکێشن و حەز بە دووکەل ناکەن!) وە کەسانێ بە هەموو جۆرێك خۆیان دووردەکەنەوە لە دووکەڵی جگەرەکێشەکان.

١٤. جگەره داگیرکەری جەستەو کاتەکانی مرۆڤ

لەوانەیە جگەره (ببێتە داگیرکەرێکی زۆرداری ترسناك و دەسەڵاتدارێکی بێ زەیی کە دەست بە سەر هەموو کاتەکانی ژیانی جگەرەکێشەدا بگرێت و زۆربەی کاتەکانی ژیانی زەوت بکات و بەشداری تێدابکات بە دووکەڵەکانی!) ئینجا مرۆڤ لەکاتی دەست بەتاڵی و پشوودانی بێت یان لەکاتی کارکردندا بێت یان لەکاتی پاڵدانەوەو نووستن بێت یان لەکاتی پیاسەکردن و هاتوچۆدابێت یان لەکاتی ئۆتۆمبیل لێخورین بێت یان لەکاتی کە دلشاد بێت یان دڵتەنگ بێت یان لەکاتی پێکەنیندا بێت یان لەکاتی گریان دا بێت یان لەکاتی کە لە گەرماوەو خۆی دەشۆرێت یان کە لە ئاودەستەو دەست بە ئاو دەگەیەنێت یان کە

له هەر چ کاتێك و شوێنێکدا بێت جگەرە وا لەو کەسە بکاتن کە جگەرە بکێشێتن! وە (جگەرە بەشداری لە بەسەربردنی هەموو کاتەکانی بکاتن و ئەو کەسە کاتەکانی زۆربەی بە جگەرەکێشان بەسەر ببات) یان جگەرە لەوانەیە جگەرەکێشەکە تووشی نەخۆشی بکاتن و تەندروستی داگیربکات و جگەرە ببێتە داگیرکەرێکی خوێن مژی زۆردار کە هیچ بەزەییەکی بە جگەرەکێشەکەدا نەیەتەوەو بە هەموو جۆرێك و شێوەیەك بیچەوسێنیتەوەو بەرەو لەناوبردنی ببات و لە کۆتاییدا ژیانیشی لێ داگیربکات و بەتەواوەتی بیفەوتێنێت! (نازانم هەندێ کەس چۆن دەتوانێت کە هەموو کاتەکانیان پڕ لە دووکەڵ بێتن و هەموو کاتێ هاودەم و هاو ژیانی دووکەڵە جگەرەبن!) هەندێ لە جگەرەکێشەکان ئەوەندە زۆر جگەرە دەکێشن کە نیکۆتین تەواوی جەستەیان داگیربکات ئەو نیکۆتینەی کە ئەگەرهاتوو دڵۆپێکمان لێکردە ناو قاپێك پڕ لە ئاو دەبینین کە تەواوی ئاوەکە ڕەنگی دەگۆڕێت و شێلو دەبێت و تامی ناخۆش و تاڵ دەبێت و بۆنی پیس دەبێتن! باشە ئایا ئەو هەزاران دڵۆپە نیکۆتینەی کە ساڵەها ساڵە ڕۆژانە دەیخەینە ناو جەستەی خۆمان بەهۆی جگەرەکێشانمانەوە دەبێت ئایا تا چ ڕادەیەك و ئەندازەیەك ناو جەستەی خۆمانمان پیس و شێلو و ژەهراوی کردبێت! !) وە ترسناکی و بێ مانایی جگەرەکێشان لەوەدایە (کە مرۆڤ لە هەموو شوێن و کات و ساتێکدا دەیکێشێت وە کاتی تەرخانکراوو شوێنێکی دیاری کراوی نی‌یە جگەرەکێشان) وە نیکۆتینی جگەرە زۆر چلێس و چاوچنۆك و نەوسنە وە

ڕادەی نەوسنی و چلێسی بە جۆرێکە کەوا لە جگەرەکێشەکە دەکاتن کە هێشتا جگەرەی لەسەر لێوەو دووکەڵ پڕ زارو کوونە لووتیەتی ڕایدەکێشێت و هەوەس و نەوس و مەیل و ئارەزووی ئەو کەسە ئامادە دەکاتن بۆ کێشانی جگەرەیەکی تر لە ماوەیەکی زۆر کەم لەدوای جگەرەکەی تری سەر لێوی!) بۆیە زۆر کەس جگەرە بە جگەرە پێ دەکاتن!

١٥. جگەرەکێشان ئازادی مرۆڤ لەکەدار دەکاتن

وەك دەزانین کە مرۆڤ زۆر حەز بە ژیانی ئازادی و سەربەستی دەکاتن وە یەکێ لە خواست و ئامانج و حەزە هەرە گەورەکانی مرۆڤ ژیانی ئازادانەیە هەر بۆیە مرۆڤ لەپێناوی ژیانی ئازادانەی‌دا و بۆ بەدەست هێنانی زۆرجاران ئەو گیانە شیرینەی خۆی بەخت دەکاتن مانای وایە مردنی پێ باشترە لەوەی کە ئازاد نەژیتن! بەڵام زۆر سەیرە هەر هەمان مرۆڤ کە زۆر پەرۆش و لایەنگری ئازادی‌یە هەندێ جار دژی ئازادی خۆی هەڵس و کەوت و ڕەفتاردەکاتن وە ئەو ئازادی‌یە جوان و پاك و چاکەی کە هەیەتی لە خۆی ناشیرین و تاڵ و خراپ و لەکەداری دەکاتن! وە ئازادی خۆی دەداتە دەستی نیکۆتین و دووکەڵ وە بە فەرمانیان دەجولێتەوە! وە خۆی دەکاتە دیلی دووکەڵە جگەرەو زەلیلی نیکۆتین! مرۆڤ وا دیارە هەر زۆر لە کۆنەوە زۆرجاران بە سادەیی خۆی کەوتۆتە ناو هەڵەی گەڵێ گەورەوەو بە وتەو قسەی درۆو دەلەسەو پڕوپاگەندە هەڵخەڵەتێندراوە و ڕێنمایی و ڕێ‌ی چەوت و هەڵەو بە زیانیان پێ نیشان داوەو

تووشی ماڵ کاولی و شەرمەزاریان کردووە ئەی باشە (دەبێت مرۆڤە خراپەکانی جگەرە شیرین کردن لەبەر چاوی خەڵکی جیهان کێی بن کە بە درۆ و پڕوپاکەندە و ڕاگەیاندن و بانگەشە کە ئەم جگەرە ژەهراوییە و تاڵە و بەزیانە شیرین دەکەن وە خەڵکی دەست هەڵە دەدەن و لە خەڵکی دەبنە زۆردار و ئازادییان لەکەدار دەکەن و زەلیل و دیلی ژێر چەپۆکی جگەرەیان دەکەن لە ژیاندا) لێرەدا شتێکمان بۆ ئاشکراو ڕوون دەبێتەوە و مەبەستی منیش هەر لەوەدایە (کە مەرج نییە هەر شتێك لەسەر زەوی ڕواو شین بوو خواردنی بۆ مرۆڤ بشێ و مرۆڤ بتوانێ کە بیخوات یان بیکێشێت و مژی لێ بدات لەوانەیە سوودی تری هەبێت وە مرۆڤ بە خواردنی یان بە هەڵمژینی دووکەڵەکەی زیانی لێ بکەوێت!) وە (مرۆڤ هەر کە فێرە جگەرەکێشان بوو وە بەردەوام لەسەر جگەرەکێشانی وە ووتی کە بەبێ جگەرەکێشان هەڵناکەم و ناتوانم وازی لێ بهێنم! ئەوە چاك بزانێت کە ئازادی خۆی لەکەدارکردووەو مرۆڤێکی تەواو ئازاد نییە و لە بەرامبەر بە دووکەڵە جگەرە سەربەستی خۆی دۆڕاندووە!) وە لەلایەکی ترەوە (جگەرەکێشەکان ئازادو سەربەست نین لەوەی کە تەندروستی جەستەیان بپارێزن لەو نیکۆتینە وە بە فەرمانی جگەرەدەجولێنەوەو ڕەفتاردەکەن دژی جەستەی خۆیان!) وە جگەرە وا لە مرۆڤ دەکاتن کە سەرگەردان بەدوای مەیل و ئارەزووی بەد و زیان لێ دەری نیکۆتین بکەوێت بە بێ ئاگایانەو کەم تەرخەمانە!) بۆیە لێرەدا بۆمان دەردەکەوێت

که مرۆڤـی جگـەرەکێش بـە تـەواو مانـا ئـازاد نیـیە وە جگـەرە ئازادی جگەرەکێشەکان لەکەدار دەکاتن!

١٦. جگەرە لێ بڕان گرفتێکی بە ئازارە

جگەرە لێبڕان و تەواوبوونی جگەرە بۆ جگەرەکێشەکان کە لە هـەموو گرفتەکانی تـری ژیانیـان بە ئازارترو زیـاتر پێـی تێـك دەچن و شپرزە دەبن و دەمارگیریان دەکاتن! وە جگەرەکێشـەکان هەموو کاتێك هەوڵی ئەوە دەدەن کە (چارەسـەری گرفتـی جگـەرە لێبڕانیـان بخەنە پێش هـەموو گرفتـەکانی تـری ژیانیـان) وەك بـۆ نموونە (کابرایەك جگەرەی تەواو بووە و لێی بڕاوە وە لە لایـەکی ترەوە منداڵـە ساوایەکەی شیری تـەواو بـووەو نـەماوەو لەبرسـان دەگریات بۆ شیر. وە کابرا دەچێت بۆ لای دوکاندار کە جگەرە بۆ خۆی و شـیر بـۆ منداڵەکـەی بکڕێـتن دەبینـین هـەر کـە جگـەرەو قووتـوە شیرەکەی کـڕی هـەر لـەوێو لـە پێـش دوکانەکـە کـابرا پەرۆشـی جگەرەکێشانیەتی بۆیـە هەر زوو و بە پەلـە جگەرەیـەك لەسـەر لێـوی دادەنێـت و دایدەگیرسـێنێت و دووکەڵەکـەی هـەڵدەمژێت هەوەس و نـەوس و ئارەزووی خـۆی هـەر لـەوێ تـێر دەکاتن ئینجا دوایـی بـەرەو مـاڵ دەکەوێتـە ڕێ کـە شـیرەکە بـۆ منداڵەکەی ببـات! لێرەدا ئـەوەمان بـۆ دەردەکـەوێت کـە کـابرای جگـەرەکێش دووکـەڵی جگەرەکێشـانەکەی خسـتە پێـش شـیرخواردنەوەی منداڵەکـەی! وە چارەسـەرکردنی گرفتـی جگەرەکێشـانی خـۆی خسـتە پێـش گرفتـی شـیرخواردنەوەی منداڵەکـەی گـەرچی پێویسـت بـوو وە ڕەواتـر بـوو کـە شیرەکە بـە

پەلــە بگەیەنێتــە منداڵەکــەی! وە ڕوون و ئاشــکرایە کــە کـــاتیٚ جگــەرەیان نـــامێنێت جگەرەکێشـــەکان زۆر بـــە پەلـــە بـــەدوای پەیداکردنی جگەرەدا دەگەڕێن وە تاوەکو پەیدای نەکەن پشوو نادەن و ناحەوێنەوە!

١٧. من کاتی خۆی زۆرم جگەرەکێشا[redacted]

لێرەدا کە من باسی جگەرەکێشانی خۆم بۆتان دەکەم تاکو بزانــن کــە منیــش کــاتی خــۆی یــەکێك بــووم لــە دیلــەکانی ژێــر دووکــەڵی جگــەرەو ئــەمنالاَند لــەبن فــەرمانی جگــەرەی زۆردارو ستەمکار! من کاتیٚ کە باسی ڕادەی زۆری جگەرەکێشانی خۆم بۆ ئێوەی خوێنەران ئەکەم وا تیٚ نەگەن کە باسی ئازایەتی خۆم دەکەم بۆتـان! بەلاّم بەڵکو دەمەویٚ خوێنـەران بزانـن کـە منیـش جگــەرەکێش بوومــە کـــاتی خـــۆی وە (ئـــەم ووت زۆر گرانـــە و ئەستەمە جگەرە واز لیٚهێنان بەلاّم کە وازم لیٚ هێنا زۆر کارێکی ئاســان بـوو بـۆم!) وە هــەر کەســیٚ جگــەرەی کێشــا بێــت ئــەوە دەزانێت گرفت و ناخۆشی زیانەکانی چی‌یە وە هەر کەسێکیش وازی لە جگەرە هێنابێت ئەوە دەزانێت لەزەت و سوودەکانی واز لیٚ هێنانی جگەرە چی‌یە بۆیە (من بە تەواوەتی شارەزای ئەو زیان و سوودانەی جگەرەکێشان و جگەرە واز لیٚ هێنـانم زۆر بە چاکی و بـە ووردی چونکـە هــەر دوو دەورم دیتـــووە!) جگەرەکێشـانی خۆم لە چەند خالێك بە کورتی کە لـە خـوارەوە باسی دەکەم بۆ ئەوەی هەندیٚ کەس (ئەو عوزرو هەنجەتەو بیانووەی نەمێنێت و نەڵێت نووسەر دەنگی لە تێری‌یەو دێت و خۆی جگەرە ناکێشیٚ

و نەیکێشـاوە بۆیـە وا دەزانێـت کـە واز لێـهێنانی کـارێکی وا ئاسانە! یا با هـەندێ کـەس نـەڵێن کاکی نووسـەر جگەرەکێشی سادەو کەم جگەرەکێش بووەو هەر دوو کەلی بەباکردووە! یان با ئەو پەندە من نەگرێتەوە کە ئەڵێن (ئەوەی لە شەر نەبێت شیری تیژە) منیش ساڵەها جگەرەم کێشاوە وە ڕۆژانە بە ڕێژەیەکی زۆر دوورکـەلم هـەلمژیوەو نیکۆتینـم خسـتۆتە نـاو جەسـتەم بۆیـە ئاگاداری تام و چێژی ژەهری جگەرەم زۆر بە باشی) وە من تەنها نیازم لە باسکردنی جگەرەکێشانی خۆم لەناو ئەم پەرتووکـەدا ئەوەیـە کـە بیسـەلمێنم (کـە دەتوانـدرێ واز لـە جگەرەکێشـان بـهێندرێت گـەر هەرچـەندە کەسـی جگەرەکێشـەکە مـاوەو ڕادەو ڕێـژەی جگەرەکێشـانی ئێجگـار زۆریـش بێـتن) وە جگـەرە واز لێهێنانی مـن ببێتـە هـاندەرێك بۆ ئێوەش کە (بزانن زۆر گـران و ئەستەم و محـاڵ نیـیە جگـەرە واز لێـهێنان! وە تـاوەکو خوێنـەر بزانێت کە منیش ئاشنام بە جگەرە زۆر بە چاکی وە جگەرە چاك دەناسم وە کە باسی جگەرە دەکەم بۆتـان بزانن کە لـە نزیکیـەوە ژیاوم وە زۆربـەی کاتـەکانم بەسـەربردووە لەگـەڵیدا گـەرچی زۆر پەشیمانم!).

أ- من نزیکەی حەڤدە ساڵ جگەرەم کێشا! وە ماوەی یانزە ساڵیشـە وازم لێـهێناوە سـوپاس بـۆ خـوا، وە پشـت بـە خـوا نایکێشمەوە هەرگیز.

ب- وای لێهات بوو ڕۆژی دوو پاکەت و نیوم ئەکێشا!

ت- ئەو ڕۆژەی پاکـەتێك یـان پاکەت و نیوێکم بکێشـابایە دڵخۆش ئەبووم ئەمووت ئیمڕۆ جگەرەم کەم کێشاوە! !

ج- جگەرەم لەدوای جگەرە دەکێشا وە جگەرەم بە جگەرە پێ دەکرد.

ح- دووکەڵی جگەرەم هەتاوەکو ناو سی‌یەکان و گەدە هەڵئەمژی بە چاکی وە دووکەڵم بەبانەئەکرد بە ئارەزوو بەڵکو هەموو جەستەم فێرە جگەرەو نیکۆتین ببوو!

خ- لەکاتی جگەرە لێبڕان هەڵدەچووم و دەمارگیرو شەڕاوی ئەبووم و هیچ ئارامم نەئەگرت تاوەکو جگەرەم پەیدائەکرد!

د- لەکاتی نان خواردندا بێزم لە زەردی و بۆنی پەنجەکانم ئەکرد وە سمێڵم ڕەنگی زەرد ببوو بە نیکۆتین و بۆنی جەستەم بە تەواوەتی ناخۆش ببوو!

ر- خۆکردنە مەترسی‌یەوە لە زۆر جێگادا بۆ پەیداکردنی جگەرە لەکاتە تایبەتیەکانی ڕۆژانی ژیانم دا!

ز- لەکاتی نەبوونی جگەرە لەو کاتە تایبەتانەدا دەستمان ئەکرد بە کێشانی قونکە جگەرەی کۆن و پیسی خەڵکی کە لەسەر زەوی کەوتبوون!

س- جگەرەم دەکێشا لەکاتی لەخەو هەڵسان و خورێنی و پێش نان خواردن و لە نیوەشەوداو لە بەرەبەیاندا!

ش- کەس و کارو خەڵکی بێزاربوون لە دووکەڵی جگەرەم وە خۆم لە هەموو کەس زیاتر بێزارو گلەییم هەبوو لە جگەرە! خوێنەری خۆشەویست من دوایی خۆم ئازادکرد لە دیلی و وازم هێنا لە جگەرە تا پارێزراو بم لە زیانەکانی و ڕەزا سووك بم لەناو خەڵکی جا وەرن ئەی جگەرەکێشەکان ئێوەش هەوڵبدەن واز لەو دوژمنە پیسەو ترسناکە بهێنن بە پشتیوانی خوای گەورەو ئینجا

دوایی (بەو باس و بابەت و خالانە و چیرۆکانەی کە باسی ئەکەم لەمەو دواوە کە ماوەی دە ساڵە کارولێکۆڵینەوە لە دیاردەی جگەرەکێشان دەکەم وە لە چۆنیەتی کەمکردنەوەو واز لێهێنانی دەکۆڵمەوە زۆر بە ووردی) وە من نرخ و گرنگی سوودی جگەرە وازلێهێنانم زانی و تام و چێژو لەزەتم لێ کردو بە خۆشیەکانی گەیشتم کە ناتوانم بە پێنووس پێناسەیان بکەم و بۆتان بنووسم چونکە (ئەو خۆشی و سوودانەی کە لە جگەرە وازلێهێنان پێمان دەگات نازمێردرێت و بێ وێنەن!) گەر ئێوەش دەتانەوێت بەو سوودو خۆشیانە بگەن و تام چێژی لێ بکەن و پێی بزانن ئەوە جگەرە واز لێهێنان تاقی بکەنەوەو جگەرە واز لێ بهێنن وە وەك دەڵێن (تاقیکردنەوە باشترین بەڵگەیە) بۆیە ئەگەر خۆشی ژیانی خۆتان دەوێت لەگەڵ چاکی و باشی و پارێزراوی تەندروستی جەستەتان ئەوە چیتر کات بەفیرۆ مەدەن وە هەر ئێستا هەوڵ بدەن و رێگای جگەرە وازلێهێنان بگرنە بەر چونکە (تەنها سامان و شتێك بۆ مرۆڤ کە نرخی هەوڵدانی بۆ هەیە پارێزگاری کردن لە تەندروستی خۆیەتی چونکە گەر مرۆڤ تەندروستی چاك نەبێت ئەوە تام و چێژ لە خۆشی‌یەکانی ژیان ناکات هەرگیز).

بەشی دووەم

چۆنیەتی کەم کردنەوەو واز لێهێنان لە جگەرەکێشان

هەنگاوی یەکەم

١- ئێمە بۆچی جگەرە دەکێشین؟

یەکەمین کار بۆ جگەرە واز لێ هێنانمان دەبێت (هەر یەکە لە ئێمەی جگەرەکێش بیربکەینەوە ژیرانەو رۆشنبیرانەو لە خوو رەفتارو کردارەکانمان بە تێرو تەسەلی بپێچینەوەو لە خۆمان ئەم پرسیارە بکەین کە ئایا ئێمە بۆچی جگەرە دەکێشین؟!) ئایا هۆی سەرەکی جگەرەکێشانمان چی‌یە؟ ئایا ئێمە بە جگەرەکێشانمان چیمان لە جەستەی خۆمان دەوێت؟ ئایا ماناو سوودو نرخی جگەرەکێشان بۆ ئێمە چی‌یە؟ ئایا ئێمە لە جگەرەکێشانمان چیمان دەست دەکەوێت؟ ئایا بۆچی لە سەرەتادا زۆر بە ئاسانی فێرە جگەرەکێشان بووین بەلام وا ئێستا لێمان بووەتە کارێکی گران و ئەستەم کە نەتوانین وازی لێ بهێنین؟! ئایا وەك بە ئاسانی کاتی خۆی جگەرەکێشان فێربووین ئایا واز لێ هێنانیشی هەر ئاسان نی‌یە بەلام ئێمە لێی بێ ئاگاین؟! ئایا کەسێ چاودێریمان دەکات و سزامان دەدات گەر واز لە جگەرەکێشان بهێنین؟! با دیسان دووبارە ئەو پرسیارە لە خۆمان بکەینەوە کە ئایا ئێمە بۆچی جگەرە دەکێشین! چونکە ئەم پرسیارە زۆر گرنگ و بە

سووده گەر وەڵامەکەی خۆمان بەڕاستی و دادگەرانە بدەینەوە و بڵێن (ئێمە بۆ زیان گەیاندن بە خۆمان و خەڵکی بە گشتی جگەرە دەکێشین!) کەوا بوو هەر چەند زووتر واز لە جگەرە بهێنین باشترو بە سوودترە بۆمان چونکە لەوانەیە ڕۆژ بە ڕۆژ زیانی زیاتر بگەیەنێت پێمان. ئینجا هیچ دوو دڵی و کەمتەرخەمی ناوێت هەر ئێستا بەرنامەی جگەرە واز لێ هێنان بخەرە ناو دڵ و دەروون و مێشکت! هەروەها (وا پێویست دەکات کە جگەرەکێشەکان چەندەها جار بیربکەنەوەو پێداچوونەوە بکەن لە بیرکردنەوەکانیاندا لەبارەی ئەوەی کە بۆچی و لەبەرچی جگەرە دەکێشن؟!) چونکە هەر بیرکردنەوە دەیانگەیەنێتە بڕیارێکی ڕاست و ڕەواو چاك و دروست و بەسوود! وە (مرۆڤی تەواو ژیرو بە ئاگا کەسێکە کە ژیانی خۆی بە دەستەکانی خۆی تاڵ و بە زیان و گیروگرفت ناکات وە جەستەی خۆی نەخۆش و ژەهراوی ناکات بە جگەرەکێشان) وە (ئەگەر هاتوو هەر جگەرەکێشێك ڕۆژانە بە ئەندازەی ماوەی جگەرەکێشانێك بیربکاتەوە لەوەی کە بۆچی جگەرە دەکێشێت بە دڵنیایی واز لە جگەرەکێشانی دەهێنێت) بۆیە (هیچ کەس نابێ مژ لە جگەرە بدات و دووکەڵەکەی هەڵمژێت چونکە ستەمە مژی لێ بدات بەر لەوەی کە لە خۆی بپرسێت ئایا بۆ مژ لەو دووکەڵە تاڵ و ژەهراوییە دەداتن و وە جگەرە بۆ چ مەبەستێك و نیازێك دەکێشێت! !) وە بۆ من (سەلمێندراوە کە هەر کەسێك هەر جارەی مژێ لە دووکەڵی جگەرە بدات ئەوە زیانێك زیاتر دەکات بۆ سەر جەستەی خۆی وە کارێکی هەڵە دووبارە دەکاتەوە!) وە (پاکی و

تەندروست چاکی دوو هۆی جوانـی و هـێزی جەسـتەی مرۆڤـن بۆیە ئەو جوانی‌یە ناشیرین و پیس مەکەن و ئەو تەندروستی‌یە خـراپ و نـەخۆش مەکـەن بـە جگەرەکێشـانتان) بۆیـە دەبێـت جگەرەکێشـەکان ئـەو ڕسـتەیە زۆر بڵێنـەوە و دووبـارەو چـەند بارەی بکەنەوە کە (ئایا ئێمە بۆچی جگەرە دەکێشین) ئینجا (لـە سـەرەخۆو بـە ئـارامی و ژیرانـە بیر لـە هـۆی جگەرەکێشـانیان بکەنەوەو لە زیانەکانی بە باشی بکۆڵنەوەو لێی تێ بگەن ئینجا بە خێرایی و بێ دوو دڵی کار بۆ واز لێ هێنانی جگەرەکێشانیان بکەن) چونکە (بیرکردنەوەی جگەرەکێشەکان لە هۆی ئەوەی کە بۆچـی جگـەرە دەکێشـن هـەنگاوێك و هۆکـارێکی گرنگـی واز لێ هێنانیانە لـە جگەرەکێشـانیان چونکـە لـەکاتی بیرکردنـەوەیاندا ناگەنـە هیـچ هۆکـارێکی هـاندەر بـۆ بـەردەوام بوونیـان لەسـەر جگەرەکێشـانیان) بۆیـە زۆر گرنگـە کـە لـە خۆمـان بپرسـین کـە (ئایائێمـە بۆچـی ژەهـر دەنۆشـین! ببـوورن کـە بۆچـی جگـەرە دەکێشین! ! !).

ب- خۆ ئامادەکردن

بۆ ئەوەی مرۆڤ لەو کارانەی کە دەیـەوێت ئەنجامی بدات سـەرکەوتنی مسـۆگەربێت و لە کۆتـایی‌دا ناکـام و ڕەنجی بـەفیڕۆ نەچێت (پێویسە خۆی بۆ ئەو کارانە ئامادە بکاتن ئینجا چ جۆرە کارێکە بە پـێی جۆری کارەکەی خـۆی ئامـادە بکـات) وە (خـۆ ئامادەکردنی مرۆڤ لە هەموو بارێکەوە پێش ئـەوەی هـەر کـارێك ئەنجام بدات نیشانەی سەرکەوتنیەتی لـەو کـارە وە ئەنجامەکـەی

باش و چاك و بەسوود دەبێت بۆی) وە جگەرە واز لێ هێنانانیش (پێویستی بە کۆمەڵێك خۆ ئامادەکردن و هەلومەرجی ڕێك و پێك هەیە) وەکو بۆ نموونە (هەر کەسێ کە دەیەوێت بڕواتە ژووری تاقیکردنەوە و ئەزموون ئەوە دەبێت لە پێشاندا وانەکانی بە باشی خوێندبێت و خۆی بۆ ئەو جۆرە وانەو تاقیکردنەوانە ئامادەکردبێت تاوەکو توانای وەڵامدانەوەی پرسیارەکانی هەبێت دەناوەکو سەرکەوتن بە دەست ناهێنێت گەر خۆی بۆی ئامادە نەکردبێت) وە گەر کەسێك دەیەوێت کە واز لە جگەرەکێشان بهێنێت و هەنگاو بنێت بۆ ڕزگاربوون لەو بەڵایە پیس و بە زیان و چیرە درێژە دەبێت ئەو کەسە خۆی ئامادەکردبێت بۆ ئەو کارەی و ئامادەیی لە خۆی نیشان بدات وە لەناو ناخی مێشك و دڵ و دەروونیدا ئامادەگی هەبێت و حەزبکاتن کە دەیەوێت واز لە جگەرەکێشان دەهێنێت وە دەبێت زانیارییەکی چاکی کۆکردبێتەوە لە چۆنیەتی واز لێ هێنانی لە جگەرەکێشان بۆ ئەوەی کە تووشی گیروگرفت و تەگەرە هات بەو زانیارییانەی کە هەیەتی زاڵ بێت بە سەریاندا. وە دەبێت (کەش و هەوایەکی لەبار بۆ خۆی بێنێتە کایەوە تاوەکو بتوانێ بە پاڵ پشتی ئەو کەش و هەوایە لەبارو گونجاو ئارامە جگەرە واز لێ بهێنێت) وە (سەرکەوتن و زاڵ بوون بەسەر جگەرە واز لێهێنان دەگەڕێتەوە بۆ ڕادەی لێ هاتوویی و ڕێژەی ئامادەگی کەسەکە) وە ئەگەر (خۆت ئامادەکردبێت و کاری جگەرە واز لێهێنانت بەرنامە ڕێژکردبێت و بە ڕێك و پێکی بابەتەکانی بەرنامەکەت ئەنجام بدەیت ئەوە بێ گومان کاری جگەرە واز لێهێنانت گران و ئەستەم نابێت و

ئاسانكاريشى تێدا دەكەوێت) هەر بۆيە خۆ ئامادەكردن و بەرنامەرێژى جگەرە واز لێهێنان ئەنجام دانى كارەكان ئاسان دەكاتن وە جگەرە واز لێهێنان خۆ ئامادەكردنێكى چاكى دەوێت كە لەمەو دواوە باسى لێوە دەكەين.

ت- با بەس بێت ئيتر جگەرەكێشان

هەموو جگەرەكێشەكان دەبێت ئەوە چاك بزانن كە ڕۆژێك دا دێت دەبێت كە واز لە جگەرەكێشانيان بهێنن! وە دەبێت باوەڕيان بەوە هەبێت كە چاكترين كات بۆ واز لێهێنانيان لە جگەرە هەر ئێستايە وە دواخستنى كارێكى ژيرانە نىيە وە هەڵەيەكى مەترسيدارە وە (مرۆڤى ژيرو تێگەيشتوو ڕەزا نابێت كە بە دەستى خۆى و بە پارەى خۆى و بە مەيلى خۆى جۆرەها زيان لە جەستەى خۆى و خەڵكى بدات) بۆيە وەرە ئەى جگەرەكێش زيان و گيروگرفت و ناخۆشى‌يەكانى ژيان لەسەر خۆت كەم بكەرەوەو بە دڵێكى گەورەو بە ئامێزێكى كرايەوە بەرەو پيرى جگەرە واز لێ هێنان هەنگاو بنێ و بە باوەڕو متمانەيەكى زۆر بە خۆو بوون بڵێى (با بەس بێت ئيتر جگەرەكێشان) وە چاك بزانە ئەوانەى هيچ كاتێك ناتوانن واز لە جگەرەكێشان بهێنن ئەوانە ئەو جۆرە كەسانەن كە نايانەوێت گۆڕانكارى بە سوودو چاك لە ژيانياندا بێتە كايەوە! وە تاوەكو ئەى جگەرەكێش (تووشى نەخۆشى ترسناك و كوشندە نەبوويتە جگەرە واز لێ بهێنە بەر لەوەى تەندروستيت و جەستەت خراپ بێت و نەخۆشى ناچارت بكاتن بە واز لێ هێنان لە جگەرەكێشانت ئەو ساكە سوودێكى واى نى‌يە دواى نەخۆش بوونت) هەر بۆيە

(هەندێ كارو ڕەفتاری هەڵەو و بە زیانی كە مرۆڤ ئەنجامی دەدات ترسناكتر دەبێتن و زیانەكانی زیاتر دەبێتن گەر واز لێهێنانی دوابخرێتن) بۆیە ئەی جگەرەكێش چاك بزانە (ئەگەر لەنێو دڵ و میشكتدا بیرۆكەی واز لێهێنان لە جگەرەكێشان نییە وە وا بڕیارت داوە كە تا سەر جگەرە بكێشیت ئەوە ماڵئاوایی لە تەندروست باشی خۆت بكەو خۆت ئامادە بكە بۆ تووش بوون بە جۆرەها نەخۆشی و جۆرەها زیان دیتن) وە (هیچ كاتێك ناتوانی لە ژیاندا خۆشیەك باشترو پاكترو ڕاستەقینە تر لە خۆشی تەندروست چاكی و باشی بۆ جەستەت بدۆزیتەوە دە كەوابوو نرخی تەندروستی خۆت بزانە و بە جگەرەكێشان زیان لەو تەندروستیەی خۆت مەدە و لە دەستی مەدە) وە چیتر ئەو ڕێگەیە بە خۆت مەدە كە بە بێ بیركردنەوەی ژیرانە جگەرە بۆ سەر لێوت ببەیت وە باشترین و ژیرترین مرۆڤ ئەو كەسەیە كە لەگەڵ هەموو هەڵەیكدا زوو خۆی ڕاست بكاتەوە و بەردەوام نەبێتن لەسەر هەڵەكانی وە ئەگەر (براو خوشكی جگەرەكێش دەتانزانی كە چ سوود و لەزەت و گۆڕانكاریيەكی باشتان بەردەكەوێت لە واز هێنانی جگەرەكێشانتان ئەوە ئیمڕۆ وازتان لە جگەرەكێشان نەدەهێنا بەڵكو دوێنێ یان ساڵانی گەلێ لەوەو پێش ئەم كارەتان ئەنجام دەدا!) وە (كاریگەرترین و باشترین تۆڵە سەندنەوە لە جگەرە واز لێهێنانە لێی) وە ئەی جگەرەكێش (بە ڕاستی ئەو كات و ئەو ڕۆژە بە نرخ و شكۆداری تایبەت مەند دەبێت لە كات و ڕۆژگاری ژیانت دا كە لەناخی دڵتەوە بە خۆت بڵێیت با بەس بێت ئیتر جگەرەكێشان).

جـ- بڕیاردان

بڕیاردانی جگەرە واز لێهێنان بەڕاستی (هەر کەسێ ئەمڕۆ یان هەر ئێستا کە ئەم بڕیارە بدات زۆر بە سوودترو باشترە بۆی لەوەی کە سبەی یان لە داهاتوودا ئەم بڕیارەبدات چونکە لەوانەیە درەنگ بێت و جگەرە زیانی تەواوی خۆی بگەیەنێت بەو کەسە) وە بۆ ئەوەی کە هەڵمەتی بڕیاردانی جگەرە واز لێهێنان بۆ جگەرەکێشەکان بێ سوود نەبێت و ڕەنج و هەوڵدانیان بەفیڕۆ نەچێت و دووبارە تووشی جگەرەکێشان نەبنەوە دەبێت هەڵمەتی جگەرە واز لێهێنانیان (بە بڕیارێك بێت کە ئەم بڕیارە لەناو لێژنەی ویژدانی دڵ و دەروون و مێشکی ئەو کەسەوە دەربچێت وە بڕیارێکی چەسپاوو نەگۆڕ بێت کە لە ئەنجامی بیرکردنەوەیەکی زۆری دڵ و مێشکدا دەرچووبێت وە ئەو کەسە بە یەقینێك و باوەڕێکی زۆری بەو بڕیارە هەبێتن وە پەیمان لەگەڵ خۆیدا ببەستێت کە هەرگیز و بە هیچ هۆیەکەوە پاشگەز نەبێتەوە لەو بڕیارە بە هیچ جۆرێك) چونکە زۆر جاران هەندێ لە جگەرەکێشەکان لە هەندێ کاتدا وەکو کە نەخۆش دەکەون یان کۆخەیەکی زۆر کە دەیانگرێت بەهۆی دووکەڵی جگەرەکەیانەوە دەبینین ئەو کەسانە بە تووڕەییەوە جگەرەکەیان فڕێ دەدەن و دەڵێن جارێکی تر ئەو جگەرە پیسە ناکێشمەوە بەڵام دوای چەند کاتژمێرێك یان دوای چەند ڕۆژێك دیسان دووبارە زۆر بە ئاسانی جگەرە هەڵدەگرنەوەو دەیکێشنەوە! وە هۆی دووبارە فێربوونیان بە جگەرەکێشانیان هەر ئەوەیە (کە لە سەرەتادا بڕیاری جدیان نەداوە بۆ واز لێهێنانیان لە جگەرەکێشان بەڵکو بەسەر زارەکی و

سەرپێیی وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە بۆیە هەر زوو جگەرە هــەڵ دەگرنــەوە) (وە ئاســـانی و گرانـــی و دژواری جگـــەرە واز لێــهێنان دەگەڕێتــەوە بــۆ لێــهاتوویی و ئامـــادەگی کەســـەکەو بڕیاردانی بە جەرگانەی خۆی کە ئایا تا چ ئەندازەیەك ئامادەگی و لێهاتوویی ئەم بڕیارەیە ئەو کەسە!) بۆیە یەکەمین کاری گرنگ بــۆ جگــەرە واز لێــهێنان دەبێــت (بڕیــارێکی جــدی و پتــەوو جێگیربدەیت) کە لەناو دڵ و مێشــك و هۆشــدا دەرچووبێــت (وە باوەڕی تەواوت بەوە هەبێت کە جگەرەکێشان خوویەکی ناشیرین و پیس و بە زیانە وە دڵت خۆش بێت کە ئەم بڕیارەت داوەو واز لە جگەرەکێشان دەهێنین) وە (پەشیمان بیت لــەوەی کــە چــەند ماوەو ساڵە جگەرەت کێشاوە) وە باوەڕی تەواوت هــەبێت بەوەی کە دەتوانیت واز لە جگەرەکێشان بهێنیت چونکە کەسی فەرمان بە دەست و کارکردە خۆتی وە جگەرە لەژێر دەستی تۆ دایە وە تۆ لەژێر دەستی ئەودا نیت وە تۆ جگەر پــێ دەکەیت وە ئەو تۆ ناکێشێت! بۆیە (هیچی تر ئێستاو دوایی و ئیمڕۆ و سبەی مەکە بۆ بڕیاردان بە واز لێهێنانی جگەرەکێشانت چونکە هــەر چــەند ئــەم بڕیــارەت دوا بخــەیت ئــەوەندە زیــاتر زیــان دەبینیــت بــە نیکۆتـین) (ئینجــا پێــش ئــەوەی جگــەرە بتفــەوتێنێت تــۆ بــەو بڕیـــارەت جگـــەرە بفەوتێنـــە!) وە بڕیـــاری واز لێـــهێنان لـــە جگەرەکێشان بدە هەر ئێستا.

هەنگاوی دووەم

ا- پۆزو کەشخەیی بە جگەرەوە لێ مەدە

(زۆر سەیرەو کارێکی ژیرانە نی‌یە و هەڵەیەکی گەورەیە گەر یەکێك دوژ[redacted] ترسناکی بە زیانی هەبێ وە ئەو کەسە بەبێ ئاگایانەو نەزانانە پۆزو کەشخەیی و لاف بە دوژمنەکەیەوە لێبدات و خۆی پێوەی هەڵبکێشێت و دەربخات!) گەر کەسێك بەم جۆرە هەڵس و کەوت لەگەڵ دوژمنەکانی بکاتن ئەوە ژیانی دەکەوێتە مەترسیەوە! لێرەدا مەبەستم ئەو کەسانەیە (کە بەبێ ئاگایانەو نەزانانە پۆزو کەشخەیی و لاف بە جگەرەکێشانیانەوە لێدەدەن و خۆیان پێوەی دەردەخەن و گرنگی‌یەکی ئەوتۆی پێ دەدەن لە ژیانیاندا کە بە پێویستیەکانی تری ژیانیان نادەن!) تەنانەت جگەرە هەڵگیرساندنیان و جۆری دووکەڵ بەباکردنیان هەموو بە پۆزو کەشخەیی لێدانە هەروەها هەڵمژینی دووکەڵی جگەرەکانیان بۆ ناو زارو قورگ و سی‌یەکانیان بە دەنگ و نەشعەوەیە کە زۆر لە خەڵکانی دەورو پشتیان کە سەیریان دەکەن نەزانانە هەوەس و نەوسیان دەچێتە جۆری جگەرەکێشانەکەیان بەتایبەتی چینی منداڵ و گەنجەکان وا بیردەکەنەوە کە ئەوانیش رۆژێك دابێت کە بەو خۆشی‌یە درۆینە سەیرەی جگەرە بکەن! وە هەندێکی تر لە جگەرەکێشەکان جگەرە و پاکەتە گرانەکان و بەناوبانگەکان دەکڕن و دەکێشن و خۆیان پێ دەردەخەن لەناو خەڵکی و کەشخەیی پێوە لێ دەدەن وە هەندێکی تر لەو جگەرەکێشانە ئاگرو چەرخی جوان و بە نرخ و گران بەهاو سەیر سەیر دەکڕن و جگەرەکانیان پێ

هەڵدەگیرسێنن و دڵیان پیێ خۆشەو هەست بە خۆ دەرخستنێك دەکەن وە گەر خەڵکانێ لێیان بپرسێت کە ئەم چەرخەت چەند جوانە و لەکوێت پەیداکردووە ئەوە لە وەڵامدا زۆر بە شانازی و بە پۆزەوە دەڵێتن ئەم چەرخە دروست کراوی فلان وولاتە و نرخەکەی ئەمەندە گران و زۆرە و مواسەفاتی ئەو چەرخە ئەمەیەو ئەوەیە! ! وە هەندێکی تر پایپ و نێرگلەو دارجگەرەی ڕەنگاو ڕەنگ و جوان و شوشەی گوڵدار بەکاردەهێنن بۆ کێشانی توتنە بۆندارەکانیان بەتایبەتی لەم سەردەمەدا نێرگلە کێشان بووەتە باوو مۆد لەناو جگەرەکێشەکان وە هەندێ گەنج و لاوی کەم تەرخەم و بێ باك تەنانەت جگەرەکێشیش نینە بەڵام بۆ پۆزو کەشخەیی لێدان لە چایخانەکان وماڵەکاندا نێرگلە دەکێشن بە نەزانانە! لێرەدا (گرنگی دان بە جگەرەو پۆزو کەشخەیی پێوە لێدانی هەڵەیەکی یەکجار گەورەیەو زیانێکی زۆری هەیە) چونکە یەکەم (ئەو کەسەی گرنگی بە جگەرە دەدات و ڕێزی تایبەتی بۆ دادەنێت ئەوە جگەرە لەناو دڵی شیرین دەکات و لەلایەکی ترەوە ئەو کەسە دوور دەکەوێتەوە لەبیرکردنەوەی سەبارەت بە وازلێهێنان لە جگەرەکێشانی) دووەم (کاتێ تۆ کە گرنگی بە جگەرەکێشانت دەدەیت جگەرەکێشانت دەبێتە کارێکی پێویست و شتێکی گرنگ لە ژیانی ڕۆژانەتدا و وە وا دەزانیت کە بەبێ جگەرەکێشان هەرگیز هەڵناکەیت و ژیان ناتوانیت ببیەتە سەر! بەم جۆرە واز لێهێنانت لە جگەرەکێشان زۆر ئەستەم و گران دەبێت) هەر بۆیە (هەر کەسێك دەیەوێت جگەرە واز لێ بهێنێت دەبێت وازبهێنێت لە لاف و پۆز لێدان و کەشخەیی بە

جگەرەکێشانی‌یەوە و لە ژیانی ڕۆژانەیدا گرنگی ئەوتۆی پێ نەدات و شوێنی ڕێزگرتنی بۆ دانەنێت) چونکە (هەرکاتێ هەر کەسێ کەشخەیی و پۆزو لاف بە شتێکەوە لێ بدات و گرنگی پێ بدات ئەوە وا بە ئاسانی ناتوانێت دەست بەرداری ئەو شتە ببێتن و وازی لێ بهێنێت وا بە سووك و ئاسانی) بۆیە (گەر دەتەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنیت ئەوە دەبێت جارێ سەرەتا واز لە کەشخەیی و پۆز لێدان و گرنگی دان و ڕێزلێنانی جگەرە بهێنیت) چونکە ئەم کارەت زۆر پێویست و گرنگە لە بەرنامەی جگەرە وازلێهێنانت.

ب- جگەرەکێشانت مەخەرە پێش کارەکانتەوە

لەم هەنگاوەدا هەوڵ بدە (جگەرەکێشانت وەك ئەرکێك لەسەر شانت مەژمێرە وە زۆر گرنگی پێ مەدە و ڕێزی لێ مەگرە و شوێنی تایبەتی لەناو دڵت و کارەکانت دا بۆ دامەنێ) هەروەها (جگەرەکێشانت سەیرمەکە وەك شتێکی گرنگ و پێویست وە مەیخەرە پێش کارەکانتەوە وە فەرزی مەکە لەسەر هیچ شتێکی ژیاندا) بۆ نموونە لە کاتێکدا یەکێك بانگت دەکات بۆ ئەوەی کارێکی بۆ ئەنجام بدەیت هەرگیز مەڵێ ڕاوەستە با جگەرەیەك بکێشم ئینجا دێم و کارەکەت بۆ ئەنجام دەدەم! دەبێت بچیت و کارەکە ئەنجام بدەیت وە جگەرەکێشانەکەت دوا بخەیت! یاخود خۆت هەرکاتێ دەتەوێت کارێك ئەنجام بدەیت یان کارێکت هەیە (هەرگیز لەبەر خۆتەوەو لەناو دڵ و دەروونیدا مەڵێ با جگەرەیەك بکێشم ئینجا دوایی دەچم کارەکەم ئەنجام دەدەم!) دەبێت بە

خۆت بڵێیت (یەکەم جار دەچم کارەکە ئەنجام دەدەم ئینجا دوایی لەسەر خۆو کە پشوومدا ئینجا جگەرەیەك دەکێشم) بۆیە (هەرگیز جگەرە مەخەرە پێش کارەکانتەوە و کار ڕامەگرەو مەوەستێنە و دوای مەخە لەپێناوی جگەرەکێشانیك وە جگەرە فەرز مەکە لەسەر شتی گرنگ لە ژیانی ڕۆژانەتدا چونکە گەر وا بکەیت ئەوە جگەرە سواری ملت دەبێت و بە مەیلی خۆی فەرمانت پێ دەکات و چۆنی نیکۆتین بیەوێت وا هەڵتدەسوڕێنێت) بەڵام گەر وانەکەیت و جگەرەکێشان نەخەیتە پێش کارەکانتەوەو کارەکانت فەرزکەیت و بیخەیتە پێش جگەرەکێشانت ئەوە تۆ سواری ملی جگەرە دەبیت و فێرە (ئارام گرتن دەبیت لەسەر جگەرەکێشانت) وە ئەمەش خاڵێکی زۆر گرنگە بۆ وازلێهێنانی جگەرە.

ت- تێکدانی دۆستایەتی نێوان خۆت و جگەرە

(ترسناکی جگەرەکێشان لەوەدایە کەوا کاریگەری لە کەسی جگەرەکێشەکە دەکات و وای لێ دەکات کە نەتوانێت و هەڵ نەکات بەبێ جگەرە وە ئەو کەسە جگەرە بکات بە هاودەم و هاوڕێی و دۆستێکی بە بەردەوامی خۆی) وە گەر جگەرە لەو کەسە دووربێت ئەوە ئەو کەسە هەست بکات بە دڵ تەنگی و شێواوی و نائارامی و پەژارە هەروەها (ئەو کەسە مەیل و هەوەس کردنی هەمیشەیی جگەرەکێشانی هەبێت!) خەڵکی لە سەرەتای فێربوونیان بە جگەرەکێشان و ڕۆژ لەدوای ڕۆژدا (دەبنە دۆست و هاوڕێیەکی سەیری جگەرەو بەبێ جگەرەو دووکەڵ هەڵ ناکەن و لێی جیاواز نابنەوەو دوورناکەونەوە بە

هیچ جۆرێك له جگەره) بۆ نموونه (مرۆڤ زۆر جاران هاوڕێیەكی زۆر خۆشەویستی هەیە كە بە ڕۆژو شەو لەگەڵ یەكترین بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا لە هەندێ كاتدا لێك جیاواز دەبنەوە وەك لەكاتی ئەوەی كە دەچنەوە ماڵەوە یان لەكاتیئەوەی كە دەچنە ژێر پەتۆو دەخەون یان كە دەچنە گەرماو و خۆیان دەشۆن یان كە دەچنە ئاو دەست و دەست بە ئاو دەگەیەنن یان لە زۆر كاتی تردا ئەو دوو هاوڕێیە لە یەكتری جیادەبنەوە. بەڵام هاوڕێیەتی و دۆستایەتی مرۆڤ بۆ جگەرە جیاوازەو بەتین ترە وە مرۆڤ زۆر جاران لەژێر پەتۆدایە و جگەرەی لە زاردایە یان لەو دەمەی كە لە نزیك خێزانەكەی ڕاكشاوە جگەرەی بە دەستەوەیە! !) یان زۆربەی جگەرەكێشەكان (جگەرە دەبەنە ناو گەرماوو ئاودەستەكان و لەوێش دەیكێشن و دووكەڵ بەبادەكەن!) هەر بۆیە دۆستایەتی و هاوڕێیەتی مرۆڤ و جگەرە سەیرەترەو بەتین ترەو (مرۆڤی جگەرەكێش بەبێ جگەرە هەڵناكاتن ساتێك بەڵام لەوانەیە دوو هاوڕێی چەند ڕۆژێك یەكتری نەبینن لەلایان ئاسایی بێتن و بەبێ یەكتری هەڵ بكەن!) لە ڕاستیدا (جگەرە هاوڕێ و هاودەم و دۆستێكی درۆیینی فیلاوی و بە زیانە بۆ مرۆڤ) وە بۆ وازلێهێنان لەو جگەرە بە زیانە دەبێتن ئێمە وا بكەین (كە ئەو دۆستایەتیەو هاوڕێیایەتیەی نێوان جگەرەكێشەكەو دووكەڵە جگەرە تێك بچێت و لەناو بچێت) وە ئەم جۆرە (دۆستایەتیە ببێت بە ڕك لێ بوونەوەو دوژمنایەتی) چونكە (خۆی لەڕاستیدا جگەرە دوژمنە بۆ مرۆڤ نەك دۆست و هاوڕێی) وە دەبێت (لەمەودواوە بیر لەو زیانانە بكەینەوە كە

جگـەرە لێمـان دەدات وە خۆشەویسـتیمان بـۆ دووکەڵـە جگــەرە ببێت بە ڕك لێ بوونەوە) ئینجا نۆرەی ئەوە هاتووە (کە جگەرە لە دۆستێکی نزیك بۆمان بگۆڕدرێت بۆ ناحەزێك وە سەیری بکەین وەکو دوژمنێکی سەرسەختانەی خۆمان) بۆیە (تا دەتوانیت بیر لە جۆرەها زیانەکانی جگەرەکێشان بکەوە بە بەردەوامی و هەموو کـاتێك چونکــە (هــەر ئــەو بیرکردنەوەیــە دەتگەیەنێتــە ئــەو ڕاستی‌یەی کە جگەرە دۆستی مرۆڤ نی‌یە و دوژمنی مرۆڤە) وە هەر ئەو بیرکردنەوەیە کە وەڕزبوون و ڕك و کینەیەکی بەتین لەناو دڵتدا دروست دەکاتن بەرامبەر بە جگەرەو وات لێ دەکاتن بێزت لێی ببێتەوەو بکەویتە دژایەتی کردنی و بیری ئەوەی کە وازی لێ بهێنیت بۆیە (ئەو جگەرەیەی کە بە دۆست و هاوڕێی تەنگانەت دەزانی ئێستاکە لێی تووڕە بەو لێی بچۆو ڕکەوە و سەنگەری لێی بگرە و هەوڵی لەناوچوونی بدە) وە بە تێپەڕبوونی ماوەیەکی کەم (دژایــەتی و جــەنگ لــە دژی جگــەرە دەبێتــە ئــەرکێکی ڕەوای پێویست لە سەر شانت) وە هەوڵدان بۆ خۆ ڕزگارکردن لە دیلی و کۆتایی هێنـان بە زەلیلی دەبێتە (کارێکی پێویست بـۆت) هـەر بۆیە (تاوەکو مرۆڤ جگەرە هاوڕێی بن و دۆستایەتیان لەنێواندا هــەبێت ئــەوە ئــەو کەســە نــاتوانێ وا بــە ئاســانی واز لــە جگەرەکێشــانی بــهێنێت بۆیــە (دەبێــت ئــەو دۆســتایەتیەو پەیوەندی‌یە توندو تۆڵەی نێوان کەسی جگەرەکێشەکەو جگەرە شل بکرێتەوە و سست و لاوازبکرێت و دەرزی کاریگەر بکەوێتە نێوانیـان بۆ ئەوەی دەست لێك بـەردانی ئـەو کەسـە لـە جگـەرە ئاسانکاری تیادابکـەوێت) بۆیـە پێشـنیارم بـۆ جگەرەکێشـەکان

ئەوەیــە کــە دووری بکــەن لــەو دوژمنــە ترســناکە و هیچــی تــر دۆستایەتی جگەرە نەکەن هەتاوەکو (زیان و دوژمنایەتی جگـەرە لەسـەر جەستەیان بـە تـەواوەتی بـەدیار نەکـەوتووە و تووشــی نەخۆشی کوشندە نەبوونە ئەوساکە پەشیمانی سوودی چی‌یە؟!) لە کۆتایی دا خاڵێکی زۆر گرنگ هەیە ئەویش ئەوەیـە کـە (لـەناو مێشك و دڵ و دەروونی هـەر جگەرەکێشێکدا جـۆرە بێزاربوون و ڕك لێ بوونەوەیەك هەیە بەرامبەر بە جگـەرە و زیانـەکانی) وە ئـەم خاڵـەش یارمـەتی دەرێکـی چاکە بۆ تێکدانـی دۆستایەتی نێـوان جگەرەو مرۆڤ.

هەنگاوی سێیەم

أ- جگەرە وازلێهێنان وویست و ئیرادەی دەوێت

لەڕاستی‌دا (ئیرادەو وویستی بەهێز گرنگترین هۆکارە بـۆ ئاســانکردنی وازلێــهێنانی جگەرەکێشــان) چونکــە جگــەرە وازلێـهێنان ئـیرادەو مـەیلی جگەرەکێشـەکەی دەوێـت کــە زۆر پیویستە وە ئیرادەو وویستی بەهێز (پشتیوان و پاڵنەرێکی چاك و بەسوودە بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشـان بهێنن) وە ئەوانەی دەیانـەوێت کـە واز لـە جگەرەکێشـان بـهێنن دەبێـت (لـەناوەوەی خۆیـاندا ئـیرادەو وویسـتیان بــەهێز بکــەن تـاوەکو بتوانــن بەرگــەی نەکێشــانی جگــەرە بگــرن و دژایــەتی نیکۆتین بکەن و زاڵ بن بە سەر دووکەڵە جگەرەو خۆڕاگربن تا سەر) وە بۆ ئیرادە بەهێزکردنی ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشـان بهێنن یەکـەم دەبێـت ئەو کەسـانە (ئـەو بـاوەڕە

لەناوەوەی دڵ و دەروونیاندا دروست ببێت و هەبێت کە دەتوانن و توانای ئەوەیان هەیە کە واز لە جگەرەکێشان بهێنن وە دەبێت ئەو بڕیارەی جگەرە وازلێهینان کە دەیدەن لە وویست و ئیرادەی بەهێزیانەوە دەرچووبێت نەك بەس لە زمانیانەوە دەرپەڕی بێت!) دووەم وە هەرگیز لەناوەوەی دەروونیاندا و لەبیرو هزری خۆیاندا ئەوە نەڵێن کە (گران و ئەستەمە کە بتوانن واز لە جگەرەکێشان بهێنن) چونکە ئەم جۆرە ووشانە وویست و ئیرادەی ئەو کەسانە دەکوژێت و لەناوی دەبات و لاوازی دەکاتن لە بەرامبەر بە وازلێهێنانی جگەرەکێشان بۆیە ئەو کەسەی کە دەیەوێت واز لە جگەرە بهێنێت (نابێت بڵێت جگەرە وازلێهێنان کارێکی گران و ئەستەمە! ئەبێ بڵێت ئاسانە وە نابێ بلێت ناتوانم ئەبێ بڵێت ئەتوانم نابێ بڵێت سبەی یا دوایی واز لە جگەرە دێنم ئەبێ بڵێت ئیمڕۆ و هەر ئێستا ناوی خوای لێ دێنم و واز لە جگەرەکێشان دەهێنم چونکە سبەی و دوایی درەنگە!) سێیەم باوەڕ بە خۆبوون (الثقة بالنفس) وە ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن دەبێت (باوەڕی تەواویان بەخۆیان هەبێتن کە توانای ئەوەیان هەیە کە واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن بەبێ دوو دڵی وە دەبێت لەناو جەستەی خۆیاندا هێزێکی بەتینی پڕ لە ئیرادە دروست بکەن دژ بەو هێزەی کەوایان لێ دەکاتن و داوایان لێ دەکاتن کە جگەرە بکێشن و بۆ ئەوەی زاڵ بن بەسەر هێزی دووکەڵ و نیکۆتین و داواکاریە نەوسنەکانیان سەرکوت بکەن و لەناوو ببەن) هەروەها جگەرەکێشەکان گەر بڵێن (ئێمە ئەوە جگەرە واز لێ دەهێنین بەڵام نازانین دووبارە دەگەڕێینەوە

سەر کێشانی یا نا! !) گەر ئەم جۆرە کەسانە جگەرەش واز لێ بهێنن ئەوە بۆ ماوەیەکی کورت و کەمە و زوو دووبارە دەگەڕێنەوە سەری و دەیکێشنەوە چونکە لە سەرەتای واز لێهێنانیان لە جگەرەکێشان ڕێگای پاشگەزبوونەوە و گەڕانەوەیان بۆ خۆیان دانابوو (خط رجعة) بەو ووشانەی کە ووتیان (نازانین جگەرە دووبارە دەیکێشینەوە یا نا!) بۆیە دەبێت سەرەتای هەموو کارێکمان دەست پێ بکەن بەوەی بڵێین توانای ئەم کارەمان هەیەو دەتوانین کە کارەکە بە ئەنجام بگەیەنین وە دەتوانین کە واز لە جگەرەکێشان بهێنین چونکە باوەڕ بکەن (بەدبەختی جگەرەکێشەکان لە لاوازی وویست و ئیرادەیان و کەم تەرخەمیان دایە کە واز لە جگەرەکێشانیان ناهێنن نەك لە نەزانین و ناتێگەیشتنیان لە زیانەکانی جگەرەکێشان) بۆیە (یەکێك لە هۆکارەکانی زاڵ بوون بەسەر جگەرەدا بوونی وویست و ئیرادەیەکی بەهێزو خۆراگرییەکی بەردەوامە) چونکە (کەسێك وویست و ئیرادەی لە ناو دڵدا نەبێت ئەوە ناتوانێ تا سەر زاڵ بێت بەسەر جگەرە وازلێهێنانی) چونکە (تەنها دڵێکی پڕ لە وویست و ئیرادە بەسە بۆ پشت شکاندنی جگەرەو وازلێهێنانی).

ب- گرنگی ئارامی مێشك و دڵ و دەروون

(باری ئارامی مێشك و دڵ و دەروون) گرنگترین هاندەرو پێویست ترین شتە بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن بۆیە ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت دەست بکەن لە وازلێهێنان لە جگەرەکێشانیان (زۆر گرنگ و پێویستە

گەر کێشەیەکیان هەیە چارەسەری بکەن یان هەر ناکۆکی‌یەکیان هەیە بەتایبەتی لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکانیان یان لەگەڵ هاوڕێیەکانیان یان هەمکارەکانیان دەبێت چارەسەری بکەن و ئەو کێشانە لەناو بدەن) چونکە زۆر گرنگە و ئاسانترە بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت جگەرە واز لێ بهێنن کە (بە دڵ و مێشك و دەروونێکی ئارام و ڕاحەت دەست بکەن بە وازلێهێنانی جگەرە کێشانیان) چونکە ڕادەی سەرکەوتنیان گەلێ زیاتر دەبێت. هەر بۆیە گەلێ جار زۆر لە وانەی کە واز لە جگەرەکێشان دەهێنن دوای ماوەیەکی کورت و کەم دووبارە دەگەڕێنەوە سەر جگەرەکێشانیان لەبەر هۆی ئەوەی کە ناکۆکی و کێشەو گیروگرفتی لابەلایان هەبووە بەتایبەتی کێشەو گیرگرفتی خێزانی کە دەبێتە هۆی دەمارگیری و دەروون خراپی و وەڕزبوون و دڵ تەنگی و لە خۆ بێزاربوونی کەسی جگەرە وازلێهێنەرەکە هەر بۆیە ئەو کەسە دووبارە پەنا دەباتەوە بەر جگەرەکێشان وە وا دەزانێت کە جگەرەکێشانی تەنها چارەسەرە بۆ هەموو گیروگرفت و کێشەکانی و جاڕزبوونی وە بەم شێوەیە هەڵەیە دووبارە تووشی فێربوونی جگەرەکێشان دەبێتەوە و خۆی فریودەدات! هەر بۆیە ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن دەبێت کێشەو گیروگرفتەکانیان چارەسەر بکەن و بیدەنە لاوە (وە نەهێڵن کە ئەم کێشەو گیروگرفتانە دەوری خراپ ببینن وببنە بەربەستێك لەسەر ڕێگای جگەرە واز لێهێنانیان) لەلایەکی ترەوە ئەو کەسانەی کە دەمارگیرن و زوو هەڵدەچن دەبێت چارەسەری دەمارگیریان بکەن و هەڵچوونیان بکەن وە دەبێت ئاگاداری هەڵس و کەوتیان بن کە زوو زوو هەڵنەچن و تووڕە نەبن و ئارامی

خۆیـان بپـارێزن چونکـە ئاسـایی بوونـی بـاری دەروونیـان زۆر گرنگە بۆیان. هەر بۆیە زۆر پێویستە بۆ ئەو کەسانەی کە لەگەڵ ئـەوەی کـە دەیانـەوێت دەسـت بکـەن بـە جگـەرە واز لێـهێنان لەگەڵیدا (کەش و هەوایەکی ئارامی گونجاو بۆ خۆیان بڕەخسێنن کە مێشك و دڵ و دەروونیـان لەگـەڵ ئـەم بارودۆخـە تازەیـە کـە جگەرە واز لێهێنانە بگونجێت و تووشی هیچ کێشەیەك و تەنگ و چەڵەمەیـەك و ئـازارێکی دەروونـی نـەبن کـە کاریگـەری خراپـی هـەبێت بۆ کەسـی جگەرە واز لێ هێنەرەکەو تووشـی دڵـەڕاوکێ و دڵ تەنگی و دەمارگیری بکاتن) هەر بۆیە دووپـاتی دەکەمـەوە کـە (هێمنی و باشی ئارامی دەروونی ئەو کەسەی کە دەیەوێت واز لە جگەرەکێشـان بـهێنێت یارمـەتی دەرێکـی بەسـوودو گرنگـە بـۆ سەرکەوتنی ئەو کەسە لەکاری جگەرە واز لێ هێنانی).

هەنگاوی چوارەم

أ- دەرچوون لەژێر فەرمانی جگەرە

ئەم هەنگاوە زۆر گرنگە کە دژایەتی کردن و بەگژداچوونی جگەرەیـە ئـەبێت لـەم هـەنگاوەدا جگەرەکێشـەکە (لـە دیلـی و ژێرفەرمانی جگەرە دەربچێت و هەموو کاتێ بە قسەی نەکات وە نەچێتـە ژێربـاری داواکاریـە نەوسـنەکانی نیکۆتـین وە فـەرمانی بشکێنێ و خۆی فەرمان بکاتە سەر جۆری جگەرەکێشانی و زاڵ بێت بە سەریدا) وە (جگەرەکێشـەکە ئـەبێت وا بکـات کـە جگـەرە بکاتە ژێر فەرمانی خۆی نەك جگەرە فەرمان بە سەریدا بکاتن و زاڵ بێـت بـە سـەریدا) لەوانەیـە هـەندێ کـەس بڵێـن جگـەرە چـۆن فـەرمان بەسـەر جگەرەکێشـدا ئـەکاتن و زاڵ ئـەبێت لەسـەری!

هەرکەسیَ تووشی دیاردەی جگەرەکێشان بێتن (ئەوە هێواش هێواش خووی پێوەدەگرێت و ناتوانیَ لەژێر فەرمانی دەربچێت و ئەو کەسە لاوازو بیَ توانا دەبێتن لە بەرامبەر نیکۆتین وە جگەرە ئەو کاتە بە مەیل و ئارەزووی خۆی ئەو کەسە هەڵدەسورێنێت و وای لیَ دەکاتن کە لە هەموو کات و شوێنیکدا بیکێشێتن) وەکو بۆ نموونە لە زۆر ولآتانی جیهان دا جگەرەکێشان لە زۆر شوێن و جێگـادا قەدەغەیـە وەکـو نەخۆشـخانەکان و زیندانـەکان و قوتابخانەکان و زۆر شوێنی تر بەلاّم جگەرەکێشەکان ئەچن بۆ ناو ئاودەستەکان و بە نهێنی و بە دزی جگەرە ئەکێشـن! وە ئازاری بۆنـی پیسایی تەحەمول دەکەن! ئـەی فـەرمان کـردن چۆنە؟! ئەگەر ئەوە فەرمان نەبیَ کەس ئەچێت لەناو ئاو دەست جگەرە بکێشێتن هەروەکو لای خۆمان لەناو ئاودەستەکانی زۆر شوێن و بەتایبـەتی نـاو ئاودەسـتەکانی مزگەوتـەکان زۆربـەی دووکەڵی لیَ بەرز دەبێتەوە! ! ! هەروەها ئەی ئەوە فەرمان نی‌یە کە جگـەرە دەیکـات بـە سـەر جگەرەکێشـەکە لـەکاتی کـە لـەناو ئۆتۆمبێلە یان لەناو ڕیم و پاسە کە بیست یان سی کەس زیاتری تیادایە جگەرەکێشەکان دەست دەکەن بـە جگـەرە پـیَ کـردن و دووکەڵ بە سەروچاوی ئەم خەڵکە دا ئەکەن و خۆیان شەرمەزار دەکەن بەرامبەر ئەو هەموو خەڵکە و خۆیان ئەخەنە بەر تانـەو قسە پێکردنی خەڵکی! یان لەناو ژوورێکدا کە زۆر قەڵەباڵغەو پڕ لە دانیشتوانە یان لەناو بازاڕو بە ڕێگا ڕۆیشتنەوە یان لە زۆر شـوێن و جێگـادا کـە نووسـراوە جگەرەکێشـان قەدەغەیـە بـەلاّم جگەرەکێشەکان لەگەڵ ئەوەشدا لەو هەموو شوێنانە زۆر بە کەم تەرخـەمی و سـادەیی جگـەرەی خۆیـان دەکێشـن و دەیکەنـە

تەپودووکـەڵ وە هۆیەکەشـی ئەوەیـە (کـە جگـەرەو نیکۆتـین فـەرمانیان پـێ دەکات و مـەیلیان ڕادەکێشێتن بۆ هەڵگیرسـاندنی جگەرەکانیان بەبێ ئەوەی کە گوێ بدەنە مافی ئەو هەموو خەڵکە یان ڕێزی ئەو خەڵکەو شوێنانە بگرن کە لێی دانیشتوونە ئەی (ئەگەر ئەوانە فەرمان کردن نەبێت کە جگەرە دەیکات بە سەر جگەرەکێشەکەوە ئەی چی‌یە؟!).

ب- چۆن لەژێر فەرمانی جگەرە دەرئەچیت

لەم حاڵەدا دەبێت جگەرەکێشەکە هەوڵ بدات بۆ (دەچوون لەژێر فەرمانی جگەرەو خۆی لێ ڕابهێنێ لەسەرئەوەی کە کەی مەیلی لێ بوو جگەرە بکێشێت نەك کەی جگەرە ویستی وای لێبکات و فەرمانی پێ بکات بیکێشێ لە هەموو کات و شوێن و جێگایەکدا) وە ئەبێت جگەرەکێشەکە (زاڵ بێت بەسەر جگەرەکێشانی و بێ فەرمانی جگەرە بکات و فەرمانی بشکێنێت و خۆی ببێتە خاوەن فەرمان و خاوەن چۆنیەتی جگەرەکێشانی) وە بۆ ئەم مەبەستەش چەند خاڵێکم دیاری کردووە بۆ دەرچوون لەژێر فەرمانی جگەرە. یەکەم (هەرکاتێ زانیت زۆرت حەز و مەیلت لە جگەرەکێشانە و ئەبێت کە بیکێشی! ئەوە مەیکێشە و بۆ ماوەیەك دوای بخەو بە نەفس و دەروونی خۆت بڵێ‌ی ئارام بگرە ئەی نەفسم من بۆیە جاریێ جگەرە ناکێشم بۆ ئەوەی فێرە ئارام گرتن ببم و ببمە خاوەن فەرمانی خۆم وە جگەرە بکەمە ژێر فەرمانی خۆم) وە ئەم کارەش زۆر گران و ئەستەم نی‌یە بۆ جگەرەکێشەکە وە ئەتوانێت کە مەیلی بۆ جگەرەکێشان چوو ماوەیەکی کەم دوای بخات و نەچێتە ژێر فەرمان و پاڵەپەستۆی

جگـەرەوە وە خـۆی ببێتـە خـاوەن فـەرمان و خـاوەن کـاتی جگەرەکێشـانی! دووەم ئەگـەر بـەیانی زوو لەخـەو هەڵسـای وە حەزو مەیلت لە جگەرەکێشان بوو بڵێ‌ی (ئەی جگەرە ناتکێشم جارێ هەتا وەکو نان نەخۆم بەم بەیانی‌یە و لە خورێنی جگەرە ناکێشم! یان هەر کاتێ بە زگی برسی مەیلت لە جگەرە بوو مەیکێشە و بڵێ‌ی جگەرەکێشان بە برسیەتی زۆر بە زیان و خراپە! بەم کارەشت دووبارە فێرە ئارام گرتن ئەبیت لەسەر کێشانی جگەرەو بەدوای ئارەزووی نەفس و دەروونت وناکەویت هەموو کات. سێیەم لەناو ئۆتۆمبیل و پاس و ڕێم و شوێنی قەڵەباڵغ گەر مەیل و حەزت لە جگەرەکێشان بوو بڵێ‌ی ئەی جگەرە ئێستا ناتکێشم وە خۆم شەرمەزاری ئەم هەموو خەڵکە ناکەم بەوەی دووکەڵی جگەرەم بخەم بە چاویان و کونە لووتیان بۆیە هەتاوەکو دانەبەزم ئەی جگەرە ناتکێشم! لەم حاڵەدا (خۆت ڕابێنەو فێربکە لەسەر ئەوەی کە بە مەیل و ئارەزووی خۆت جگەرە بکێشیت وە هەر کات و شوێنێکت پێ باش و شیاو نەبوو بۆ جگەرەکێشانت ئەوە ئارام بگرەو هەرگیز جگەرە مەکێشە لەو کاتەدا) وە بەردەوام بوونت بەو جۆرەو شێوازە لەسەر جگەرە کێشانت زۆر بەسوودە و بۆ ماوەیەکی کەم خایەن (بە تەواوەتی زاڵ دەبیت و (تسلط) دەکەیت بەسەر جۆری جگەرەکێشانەکەت وە دەبیتە جگەرەکێشێکی سنووردارو بە بەرنامەو کەم زیان بۆ خەڵکی وە ژمارەی جگەرەکێشانەکانت بە ڕادەیەکی باش کەم دەبێتەوە!) چوارەم لەکاتی ماندووبوون و کارکردن و ڕۆیشتن بە پاو لەکاتی ناو گەرماوو خۆشۆرین و لەکاتی لەناو ئاودەستی جگەرە مەکێشەو مەرۆ ژێر فەرمانی جگەرەو بە نەفست بڵێ‌ی من

لـەم کاتانـەو شـوێنانە جگـەرە ناکێشـم چونکـە زۆر بـە زیـان و کارێکی ناشیرینە وە هەناسەم و سی‌یەکانم پێویستیان بە هەوای پاك و ساف و پڕ ئۆکسجینە نەك بە دووکەڵی ژەهـراوی! وە بـەم خاڵانەی سەرەوە کە باسم کرد دەتوانیت ماوەیەك (ئینجا یـەك هەفتە بێت یان دوو یان سێ یان چوار هەفتە بێت یـان کـەمێ زیاتر بەم شێوەیە جگەرەبکێشیت کە بە مەیل و حەزی فـەرمانی خـۆت بێـت) تـاوەکو (جگـەرە بـە تـەواوەتی و چـاك دێتـە ژێـر فەرمانت و زاڵ دەبیت بە سەری‌داو جگەرە وات لێ ناکات لە هـەر کـوێ جگـەرە مـەیلی لێ بـوو تـۆ هەڵسـوڕێنێ و پـێ‌ی بکـەیت و بیکێشیت) بەو کارەشت (هەنگاوی گرنگت بڕی و ڕێگات خۆش کـرد بـۆ کـەم کردنەوەی جگەرەکێشانت) بۆیـە گـەر ماوەیـەك بـەم جـۆرە جگـەرە دەکێشـیت بیکێشـە بـەڵام (بـە مـەرجێك هـەرگیز مەهێلە جگەرە تۆ بکێشێت و هـەر چۆنـی جگـەرە بیـەوێت ئـەوها بێکێشـی لـە هـەموو کـات و جێگایـەکدا و بفـەوتێنێت!) چونکـە (ئەوکاتـە جگـەرە دەتکاتـە دیـل و مەسـخەرەو گاڵتـەچی ژێـر فـەرمانی خـۆی وە شـەرمەزارت دەکـات لـەلای هـەموو خـەڵکی و زەلیلـت دەکـات بەشـێوەیەکی ناشـیرین و تەندروسـتیت وێـران دەکات) بۆیـە زۆر گرنگە کە لـەژێر فەرمانی جگـەرە دەربچیـت و خـۆت فـەرمان بـە جگـەرە کێشـانت بکـەیت (کـە لـە چ کـات و شـوێنێکدا بیکێشـیت وە جگەرەکێشـانت بخـەرە ژێـر فـەرمان و کۆنتڕۆڵی خۆت بە تەواوەتی) هـەر بۆیـە (هـەر کاتێ توانیمـان کـە لەژێر فەرمانی جگەرە دەربچین ئەوە توانای خۆمان بە دیارخست و هـێزو فـەرمانی خۆمـان سـەپاندو زاڵ کـرد بەسـەر چۆنیـەتی جگەرە کێشانمان وە ئەو کاتە دەبینە خاوەن چارەنووسی خۆمان

وە وورەو وویستمان بەهێزو بەرزدەبێتەوە لە بەرامبەر جگەرەدا و دەتوانین کە کاتەکانی جگەرەکێشانمان دیاربخەین و ئەو شوێنانەی کە جگەرەی لێ بکێشین ترەخان بکەین) وە ئەم کارەشت زۆر گرینگە بۆ کەم کردنەوەو وازلێهێنان لە جگەرەکێشانت وە تۆ (چاك بزانەو بە گرنگی وەربگرە گەر تۆ هەرکاتێ لەژێر فەرمانی جگەرە دەرنەچیت و خۆت فەرمان نەکەیت بەسەر چۆنیەتی جگەرەکێشانتەوە ئەوە کاری کەم کردنەوەو کاری جگەرە واز لێ هێنانت کارێکی گران و ئەستەم و دژوار دەبێتن).

هەنگاوی پێنجەم

١- کەم کردنەوەی جگەرەکێشان

لە هەنگاوی پێشوودا کە جگەرەت خستە ژێر فەرمانی خۆت وە ئێستا خۆت کە خاوەن فەرمانی و دەتوانیت ژمارەی جگەرەکێشانت کەم بکەیتەوە بۆیە (ئەو جگەرەکێشانەی کە ناتوانن یەکسەر جگەرە واز لێ بهێنن ئەبێت لەم هەنگاوەدا هەوڵ بدەن ژمارەی جگەرەکێشانیان کەم بکەنەوە هەر چەند ئەتوانن) واتە ئەگەر دوو پاکەت ئەکێشن ئەبێ کەمی بکەنەوە بۆ یەك پاکەت و وە ئەگەر پاکەتێ ئەکێشن ئەبێ کەمی بکەنەوە و بیکەنە نیو پاکەت (واتە هەر چەند جگەرە ئکێشی ئەبێ کەمی بکاتەوە بۆ نیو ئەوەندە جگەرە) وە هەنگاوی کەم کردنەوەی جگەرەکێشان زۆر گرنگە بۆ وازلێهێنانی جگەرەکێشان وە (کە هەنگاوی کەم کردنەوەی جگەرەکێشانت بڕی ئەوە ڕێگا خۆش و ئاسان ئەکەیت بۆ جێبەجێکردنی هەنگاوی تر کە وازهێنانە لە

جگەرەکێشان و شۆڕش کردنی یەکجاری دژ بە جگەرە).

ب- چۆنیەتی کەم کردنەوەی جگەرەکێشان

لێرەدا باسی چەند خاڵێك دەکەم لەبارەی چۆنیەتی کەم کردنەوەی جگەرەکێشان بۆ ئەوەی بزانین کە چۆن جگەرەکێشان کەم دەکەینەوە کە (زۆر هەستی پێ نەکەین و پێمان کارێکی گران و دژوارو ئەستەم نەبێت و کاریگەری خراپی لەسەرمان نەبێت) خاڵی یەکەم: خۆی لە خۆیدا هەنگاوی چوارەم کە دەرچوونە لەژێر فەرمانی جگەرە ڕێی خۆشکەرەوەی کەم کردنەوەی جگەرەکێشانە بەبێ ئەوەی کە هەستی پێ بکەین چونکە کاتێ تۆ لەژێر فەرمانی جگەرە دەرئەچیت و بە گوێی جگەرە ناکەیت و لە هەموو کات و شوێنێکدا نایکێشیت کە سەیر ئەکەیت چەند جگەرەیەکت ڕۆژانە کەم کردۆتەوە لە کێشان بۆیە (ئەو کەسانەی کە جگەرە لە هەموو کات و شوێنێکدا ناکێشن وە ئاگاداری (مراعاتی) خەڵکی و خۆیان دەکەن و مافی خەڵکی پێشێل ناکەن گەرچی ئەم کارەیان بەسوودی خەڵکی‌یە بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا گەڵێ سوودو بەرژەوەندی خۆیانی تێدایە چونکە بەم کارەیان خۆشیان جگەرە کەم دەکێشن وە جگەرە سواری ملیان نابێت کە لە هەموو شوێنێك و کاتێکدا بیکێشن) وە لەلایەکی ترەوە (ئەو جۆرە جگەرەکێشانەی کە ئاگاداری و مراعاتی خەڵکی دەکەن و لە هەموو کات و شوێنێکدا جگەرە ناکێشن هێزو توانایان زیاترەو خۆڕاگرترن لەکاتی واز لێهێنانیان لە جگەرەکێشان لەو جۆرە جگەرەکێشانەی تر کە لە هەموو کاتێك و شوێنێك دا جگەرە دەکێشن و هیچ مراعاتی خەڵکی و

تەندروســـتی خۆیـــان ناکـــەن) خـــاڵی دووەم: دەتوانیـــت جگەرەکێشـانت دابەش بکەیتە سەر سەعات کـە (ئەگـەر تـۆ لـە ڕۆژێکدا چل دانـە جگـەرە ئەکێشـیت وە تـۆ لـە ڕۆژێکـدا پـانزە سەعات بە ئاگایت ئەوە هەر لە یەك سەعاتدا یەك جگەرە بکێشە ئەو کاتە کێشانی جگەرەت لە چل دانە کەم کردەوە بـۆ پـانزە جگەرە یان بۆ زۆرتر بۆ بیست دانە جگەرە لێرەدا نیوە بە نیوەت جگەرەکێشـانت کـەم کـردەوە!) وە ئەگـەر (یـەك پـاکێت جگـەرە ئەکێشـیت مانـای بیسـت دانـە جگـەرە لـە ڕۆژێکـدا لـەو پـانزە سەعاتەی کە بە ئاگای ڕۆژانە ئەوە هەر دوو سەعات جارێ یەك دانە جگەرە بکێشە کە ئەکاتن حەوت دانە جگەرە یان با زۆرتـر بڵێین دە دانە جگەرە لە ڕۆژێکدا ئیتر هەر چەند تۆ ڕۆژانە جگـەرە کەمتر ئەکێشی ئەوە ماوەی سەعاتەکە زۆرتر ئەکـەیت وە تـاوەکو دوو هەفتە یان سێ یان چوار هەفتە یان زیاتر بەم جۆرە جگـەرە ئەکێشـی بـە سـەعات و بـە ژمـارە وە ئـەم کـارەت زۆر بەسـوودو گرنگە تاوای لێدێت (فێرە کەمکردنەوەی جگەرەکێشان دەبیت وە لە هەمووی گرنگتر فێرە ئارام گرتن دەبیـت و دەتوانیـت کە ئـارام بگری لەسەر جگەرەکێشـانت و بە مـەیلی خـۆت جگەرەکێشـانت دوابخـەیت) ئینجـا دوای مـاوەی مـانگێك یـان زیـاتر یـان کـەمتر ئینجا جگەرەکێشانت کەم دەکەیتەوە ڕۆژی بۆ پێنج دانە جگـەرە بۆ ماوەی هەفتەیەك یان دوو یان کەمێ زیاتر بەم شێوەیە جگەرە دەکێشیت تا وای لێدێت بە یـەکجاری وازی لێ دەهێنیـت و چیـتر ڕۆژانە جگەرە ناکێشیت. خاڵی سێیەك: ئینجا هێواش هێواش و بـەرە بـەرە (بەرنامـەی ڕۆژانـەی کـات بـە سـەربردنت دەگۆڕێـت!) چونکە تۆ کـە دەتـەوێت جگەرەکێشـانت کـەم بکەیتـەوە ڕۆژانـە

نـابێت کـات بەسـەر بردنـت هـەروەکو ڕۆژانـی پێشـان بێـت! بـۆ نموونـە تـۆ گـەر پێـش ئـەوەی دەسـت بکـەیت بـە جگـەرە کـەم کردنەوە گەر چوار سەعات لە چایخانە دادەنیشتی و جگەرەت لێ دەکێشا ئێستا نابێت ئەوەندە زۆر دابنیشیت و جگەرە بکێشیت لـە چایخانـە! چونکـە ئێسـتا دەبێـت (کـاتی دانیشـتن و دەسـت بەتاڵی و خەیاڵات و داڵغە لێدان کـەم بکەیتـەوە وە کـاتی پیاسەو گەڕان و خۆ خافڵاندن بە کارێکەوەو خوێندنەوەت زیـاتر بکـەیت) چونکـە ئـەم خاڵـە زۆر گرنگـە بـۆ کەمکردنـەوەی جگەرەکێشـان چونکـە (هـەرکاتێ جگـەرەکێش دەسـتی بـەتاڵ بـوو و بـێ کـار دانیشـت ئـەوە ئـەو کاتـە نـەفس و ئـارەزووی دەکەوێتـە سـەر جگەرەکێشـان) بۆیـە (تـا دەتوانیـت کـەم بـێ کـار دانیشـە وە زۆر کـاتی خـۆت بـە کارێکـەوە خـەریك بکـە و بەسـەر ببـە) وە گـەڕان و پیاسـەکردن زۆر بەسـوودە بـۆ سـەرکەوتنی بەرنامـەی جگەرەکـەم کردنـــەوەت بەتایبـــەتی وەرزش وە گـــەر نەخۆشـــیت و یـــان بەهۆیەکەوە توانای وەرزش و گەڕانت نیـیە ئـەوە دەسـت بـەتاڵی خـۆت لـە ماڵـەوە بەکارێ پڕ بکـەرەوە. چـوارەم: خـۆت بپـارێزە لـە وەرگرتنی جگەرە لە هاوڕێی و خزم و کەسـت چونکـە بەرنامـەی جگەرەکێشـانت لێ تێـك ئـەچێت کـە تـۆ جگەرەکێشـانت دابـەش بەسـەر سـەعاتت کـردووەو بـە ژمـارە ڕۆژانـە جگـەرە دەکێشـیت. خـاڵی پێنجـەم: وە ئـەو کەسـانەی کـە دەیانـەوێت سـەربەخۆو یەکسـەر جگەرەکێشـانیان کـەم بکەنـەوە کـە بـە بـێ ئـەوەی کـە دابەشـی سـەر سـەعاتی بکـەن و نایانـەوێت بیژمـێرن کـە ڕۆژانـە چەند دانە جگەرەیان کێشاوە دەبێت ئەم جۆرە کەسانە (لـەکاتی کارکردن و کاتی بە پـا ڕۆیشـتن و کـاتی لـەناو ئۆتۆمبیـل و کـاتی

کە لەناو قەڵەباڵغلا و شوێنە گشتییەکانن هەرگیز جگەرە نەکێشن) وە هەروەها دەبێت (کاتی دانیشتن و داڵغەلێدان و دەست بەتاڵیان کەم بکەنەوە و لەجیاتیان ماوەی گەڕان و پیاسەکردنیان و خۆ خافڵاندنیان بە کارێکەوە زیاتر بکەن) وە ئەمانەی سەرەوە هەمووی (خۆی لە خۆیدا کەم کردنەوەی جگەرەکێشانە). خاڵی شەشەم: دەبێت کاتێك کە بەرنامەیەك دادەنێت بۆ چۆنیەتی کەمکردنەوەی جگەرەکێشان دەبێت و پێویستە (بەرنامەکە بە تێرو تەسەلی و ڕێك و پێکی و پوختی جێبەجێ بکەیت و بە چاکی و جۆش و گوڕ بچیتە ناو هەموو بابەتەکانییەوە و بەباشی لێی تێ بگەیت وە گشت بڕگەکانی بەرنامەکە ئەنجام بدەیت و جێبەجێی بکەیت بۆ ئەوەی سەرکەوتوو بیت و بەرنامەکەت سوودی بە تەواوەتی بدات و تاوەکو جگەرە کەمکردنەوەو جگەرە واز لێ هێنانت ئاسانکاری تێدابێت و نەبێتە کارێکی یەکجار دژوار و گران بۆت). خاڵی حەوتەم: تۆ کە پەیڕەوی لە بەرنامەی جگەرە کەمکردنەوەت دەکەیت لەگەڵ ئەوەشدا زۆر جار مەیلت ئەچێتە سەر جگەرەکێشان (بەلام کات و سەعاتی خۆی نەهاتووە بۆ کێشانی یان کات و شوێنەکە هی ئەوە نییە کە جگەرەی تێدابکێشیت ئەوە لەو کاتانەدا نابێ تووڕە ببیت و هەڵبچی و دەمارگیری بتگرێت و دەروونی خۆت بشێوێنیت!) ئەبێت دڵی خۆت بدەیتەوەو ئارام بگریت چونکە هەموو کەسێ کە جگەرە کەم بکاتەوە یان وازی لێ بهێنێت تۆزێك و هەندێك بێ ئارام و تووڕە و دڵ ناسك و شێواو دەبێت بۆیە دەبێت زۆر ئاگاداربیت (کە ئەم تووڕەییەو دڵ ناسکییە سنووردار بێت و تێ نەپەڕێت لە

ڕادەی خۆی و کاریگەری خراپی نەبێت لەسەر تێکدانی باری دەروونت و ئەو بەرنامەیەی کە دات ناوە بۆ کەمکردنەوەی جگەرەکێشانت). خالّی هەشتەم: لەکاتی جگەرەکێشانت تا سوورایی فلتەرەکە جگەرە مەکێشە جگەرەکە فرێی بدە پێش ئەوەی کە ئاگرەکە بگاتە فلتەرەکە (چونکە تۆ دەتەوێ کە جگەرەکێشان کەم بکەیتەوە واتە جگەرە کەم بکێشیت و نیکۆتین کەم بخەیتە ناو جەستەتەوە بۆیە جگەرە تاوەکو کۆتایی و نزیک فلتەرەکە مەکێشە) هەروەها (دووکەڵی جگەرەکەت زۆر هەڵمەمژە بۆ ناو سییەکانت و گەدەت هەروەك پێشان وە تا ئەتوانیت دووکەڵی جگەرەکەت هەر بەبا بکە تا وەکو ڕادەی نیکۆتین کەمتر لە جاران بچێتە ناو جەستەتەوە و هەروەها تاوەکو ئەندامانی جەستەت هێواش هێواش ڕابێن و فێربن لەسەر کەم بوونەوەی نیکۆتین بۆیان تاوەکو ڕۆژێك دادێت کە بە یەکجاری نیکۆتینیان لێ دەبڕیت و لێیان قەدەغەی دەکەیت و واز لە جگەرەکێشانت دەهێنیت).

هەنگاوی شەشەم

ا- وازلێ هێنان لە جگەرەکێشان

دوای ئەوەی لە بابەتەکانی پێشەوەی ناو ئەم پەرتووکە (جگەرەت باش ناسی و بە زیانەکانی چاك ئاشنابوویت و گەیشتییە ئەو باوەڕەی کە جگەرەکێشانت کارێکی هەڵەو بە زیانە وە بەردەوام بوونت لەسەر کێشانی کارێکی ژیرانە نییە و خۆکوژییەکی هێمنانەیەو بە هەر جگەرە کێشانێك زیانێ بە جەستەت دەگەیەنێت) وە لەوە تێگەیشتی کە جگەرە (هەرگیز

خەفەت لە ناو نابات و هیچ کێشەو گرفتێك چارەسەر ناکات و بە پێچەوانـەوە جگەرەکێشـان خـۆی مایـەی خەفـەت و کێشـەو گرفتێکی ئاڵۆزو بە زیان و ترسناکە) وە ئێستا (بڕیـارت دا کـە دەست بکەیت بە جگەرە واز لێ هێنان وە مێشك و دڵ ودەروونـت و تەواو جەستەت ئامادەکردووە بۆ وازلێهێنان لە جگەرەکێشـان) وە جگەرە ئێستاکە بۆ تۆ وەك دوژمنێکەو بە چاوی ڕك لێبوونەوە سـەیری دەکەیت و وویست و ئیرادەت بـەهێزەو لـەژێر فـەرمانی جگەرەش دەرچوویتـەو خـۆت فـەرمانی بـە دەسـتی وە تـەواوی جەستەت ئێستا ڕاهێناوەو فێری جگەرە کەمکردنـەوەت کـردووە زۆر بـە چـاکی بۆیـە (لـە خـۆت ڕادەبینیـت زۆر بـە دڵنیاییـیـەوە باوەڕت بە خۆت هەیە زۆر بە باشی کە کاتی ئەوە هاتووە جگـەرە بە یـەکجاری واز لێ بـهێنیت وە جەسـتەت ئامـادەی ئەوەیـە کـە دژایەتی جگەرە بکاتن و خۆی لێی ڕزگار بکـاتن و ئازاد بێتن لـە زەلیلی و دیلی ژێر چەپۆکی دووکەڵە جگەرە بۆیە لەم هـەنگاوەدا ئەبێت پشتی دوژمنت بشکێنی کە جگەرەیە وە بیدەیت بە ئەرزدا چونکـە لـە هـەنگاوەکانی پێشـوودا جگـەرەت مـاندوو و شـڕت کردووە ئێستاش لەم هـەنگاوەدا کـاتی لـەناو بـردن و ڕزگاربوونـە لێی) بۆیە لەم هەنگاوەدا دەبێت نـاوی خـوای لێ بـهێنیت و پشـت بە خـوا ببەستیت و جگەرە کێشان واز لێ بیـهێنیت گـەرچی ئـەم هەنگاوە بۆ جگەرەکێشەکە هەندێ دژوارو گران و ئەستەمە بـەڵام (باوەڕبکەن چەند ڕۆژێکە و لاتان ئاسایی دەبێت و لەوە تێدەگەن و ئەزانن کە چەند کارێکی ئاسانەو جگـەرە واز لێ هێنـان) چونکـە (گەر مرۆڤ ببەستنەوەو شتێ بە زۆر و زۆرداری بخەنە نـاو زاری و لە قوڕگی ڕاکەن و دەرخـواردی بـدەن ئـەوە ئـەو مرۆڤە گونـاهی

نی‌یەو بەڵکو خەڵکی تر بە زۆر ئەو شتەیان دەرخوارد داوە بەڵام تۆ ئەی جگەرەکێش کە بە دەستی خۆت ئاگر دەکەیتە ناو زارو قورگی خۆت! گوناهت زۆرەو تاوانباریت لە بەرامبەر خۆت و کەس و کارت و خەڵکی بە گشتی وە دوژمنی گیان و جەستەی خۆتی! وە بۆ ئەوەی تاوان و گوناه و زیانت نەمێنێت ئەوە ئەبێت واز لە جگەرەکێشان بهێنیت بە یەکجاری) وە بۆ ئەوەی جەستەت پاك ببێتەوە بە هەموو شێوەیەك لە ژەهری نیکۆتین ئەوە واز لە جگەرەکێشان بهێنە وە بەڕاستی (ئەگەر دەتەوێت ببیتە مرۆڤێکی پاك و خاوێن ئەوە تێبکۆشە لەپێناوی واز لێهێنان لە جگەرەکێشان چونکە ئەو پاك خاوێنی‌یەی کە لە جگەرە واز لێهینان بەر جەستەت دەکەوێ چاك بزانە لە هیچ شۆردن بە سابوون و گەرماوێکی سەر زەوی بەدی ناکەیت و دەستت ناکەوێت چونکە پیسی نیکۆتین و دووکەڵی جگەرە بە هیچ شتێك پاك نابێتەوە لەناو جەستەدا بەس تەنانەت بە واز لێهێنان لە جگەرەکێشان جەستەت ڕزگاری دەبێت لەو پیسیەی جگەرە) وە (ئەگەر دەتەوێت ناپاکی لەگەڵ وێژدان و جەستەی خۆت نەکەیت ئەوە جگەرە واز لێ بهێنەو مەیکێشە تا باوەڕت پێ بکەن کە لەگەڵ خۆت ڕاست و پاکی و خۆت خۆش دەوێت!).

ب- چۆنیەتی واز لێ هێنان لە جگەرەکێشان

جگەرەکێشەکان لە سەرەتای واز لێ هێنانیان لە جگەرەکێشان تووشی کەمێك کێشەو گیروگرفتی دەروونی دەبن چونکە جگەرەکێشەکان کاتێ سەرەتاکانی جگەرەوازلێ هێنانیانە بۆ نموونە وەکو (منداڵی گچکە وایە کە بتەوێ مەمەی لاستیکی

پێ واز لێ بهێنیت کە دڵی ناسك ئەبێتن و هەموو کات لە دوای مەمەکەی دەگەڕێ کە لە زاری بنێت و بیمژێت چونکە لەسەر ئەم کارەی لێ ڕاهاتووە بۆیە کە مەمەکەی لێ دوور دەکەنەوە لەو منداڵە وا ئەزانێت شتێکی گرنگ و پێویستی بزرکردووە بۆیە شپرزە و شێواو دەبێتن) جگەرەکێشەکانیش کاتێ کە واز لە جگەرەکێشان دەهێنن هەست بەوە دەکەن کە شتێکی زۆر پێویست و گرنگیان لێ وون بووە یان لێیان قەدەغەکراوە بۆیە تووشی دڵەڕاوکێ و شێواوی دەبن بەڵام جگەرەکێشەکان کە تەمەنیان گەورەیەو ژیرن و چاکەو خراپەی خۆیان لێك جیادەکەنەوە بۆیە دەبێت بەرگەی ئازاری جگەرە واز لێهێنان بگرن و وویست و ئیرادەیان بەهێز بکەن و خۆڕاگر بن و کاری جگەرە وازلێهێنانیان لە پێش چاوو لەناو دەروونی خۆیاندا نەکەن بە هەورازو کۆسپ و شاخێ بەرز کە نەیگەنێ و نەتوانن بە سەری بکەون و زاڵ بن بە سەری دا لەبەرئەوەی جگەرە شتێکی بێ وەزن و بێ نرخ و لاوازو بێ هێزە وە هەر کاتێ جگەرە کێشەکان مەیلیان لێ بێت و بیانەوێت جگەرە ئەکەنە ژێر پێلاوەکانیان و جارێ تر نایکێشنەوە دووبارە! لەم هەنگاوەدا باسی چەند خاڵێك دەکەم کە یارمەتی دەربێت بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت واز لە جگەرەکێشان بهێنن.

خاڵی یەکەم:

کاتێ کە دەتەوێت واز لە جگەرەکێشانت بهێنیت و چیتر کەم و زۆر جگەرە نەکێشیت بە یەکجاری وا باشە (شەوەکەی جگەرەو ئەو شتانەی بە جگەرەوە پەیوەندی هەیە لەناوی بەریت

و نەیانــهێلیت لــه ماڵـــەوە) وە بـــه بـــاوەڕو متمانەیـــەکی زۆر بەخۆبوونەوەو به دڵێکی خۆش بچیته ناو جێگـای خـەوتنت و لەناو بیرو دڵتدا به خۆت بڵێیت سبەی کە له خەو هەڵسام چیتر جگەرە ناکێشم و دەبمە مرۆڤێکی چاکترو بە سوودتر لە ئێستام!

خاڵی دووەم:

لـــه خـــەو هەڵســـاوی و بـــەیانی زووە بـــەڵام وەك بـــەیانی زووەکانی ڕۆژانـی پێشوو نییە! بەیانی زووی ڕۆژێکی تازەیەو تۆش مرۆڤێکی تـر جیـاواز لـه دوێنـێ و ڕۆژانـی پێشـووی! تـۆ مرۆڤێکی ئیمڕۆ پشت ئەستوور بەهێزو باوەڕو ئیرادەی خۆت وە دڵ خۆشی بەکاری واز لێهینانت لە جگەرەکێشان و واز لێهێنان لە خوویەکی هەڵەو ناشیرین و خراپ و به زیان! لێرەدا سوپاسی خوا بکەو داوا لـه خـوای گەورە بکه کە دڵت بەهێز بکـات و زاڵ بیت بەسەر جگەرە واز لێهێنانت.

خاڵی سێیەم:

یەکـەم ڕۆژی جگـەرە واز لێـهێنانت تـا سـێیەم ڕۆژ هـەتا ئەتوانیت مـەچۆ نزیك جگـەرە فرۆشـەکان وە (باشـترین شـوێن و جێگا ئەو کاتـه بۆ تۆ دەشت و چۆڵ و سـەیرانگاو نـاو باخچـە گشـتییەکان و سـەر گـردو چیایـە) بـۆ بیرکردنـەوە لـه جیـهانی خـۆش و هـەوای سـاف و بێگـەردو دیمـەنی جوانـی زەوی وە بیربکەیتەوە لەوەی کە (تۆ پێشـان خۆت خنکاندبوو بـه دووکەڵـه جگـەرەو ژیـانی خـۆت دووکـەڵاوی کردبـوو وە چ زیـانێکت لـە جەستەت دابوو!).

خاڵی چوارەم:

لــە یەکــەم ڕۆژ تــا ســـێیەم ڕۆژی ســـەرەتای جگــەرە واز لێــهێنانت دەبێــت (دوور بکەویتــەوە لــە هــەموو هۆکــارێك کــە جگەرەت لێ نزیك دەکاتــەوەو جگــەرەت نیشــان دەدات) هــەروەها دوورکەوتنــەوە و نەگەڕان لەگــەڵ هــاوڕێی و ئــەو کەســانەی کــە جگــەرە ئەکێشــن چونکە جگەرەکێشــانی ئــەوان بیرو هۆشــت تێــك ئــەدات و دوو دڵــی دروســت دەکــاتن لــەناو دڵتــداو دووکـــەڵی جگــەرەی ئــەوان تووشـــی دڵــە ڕاوکــێی پەشــێویت دەکــاتن وە لەوانەیــە کــە تــۆ تــازە جگـــەرەت واز لێــهێناوە تووشـــی هەڵــەی جگەرەکێشانت بکەنەوە ئەو جگەرەکێشانە (بۆیە هەرگیز جاهیز نییە لە چەند ڕۆژەکانی یەکەمەکانی جگەرە واز لێهێنانت لەگەڵ کەسانی جگەرەکێش بگەڕێت و دووکەڵی جگەرەی ئــەوانت بــۆ بێت چونکە کارێکی هەڵەو بە زیانە).

خاڵی پێنجەم:

لە چەند ڕۆژانی یەکەمەکانی جگــەرە واز لێــهێنانت (کــەم دانیشـــتن و کـــەم داڵغـــەلێدان وە زۆر گـــەڕان و پیاســـەکردن بکـــە پیشەت و بە ڕێك و پێکی جێبەجێی بکە) چونکە زۆر دانیشتن و داڵغەلێدان مێشکت بێزار دەکات و باری دەروونــت تێك دەدات و وات لێ دەکات کە بیر لە جگەرە بکەیتەوە و تووشی دڵەڕاوکێی و دەمارگـیری ببیــت (بەتایبـــەتی دوای نـــان خـــواردن و چـــای خواردنــەوە ئــەبێ زۆر دانەنیشیت) وە کــاتێ کــە لــەنان خــواردن و چــای خواردنــەوە بوویتــەوەو تــەواو بوویــت هــەر زوو هەڵســـتەو

خـۆت بـه كارێكـهوه خـهريك بكـه يـان بـڕۆ بـۆ گـهڕان چونكـه (جگەرەكێش و ئەوانەی كە تازە جگەرەیان واز لێهێناوە لەدوای ئەم دووانە كـە نـان خـواردن و چـای خواردنەوەیـە زۆر مـەیل و حەزیان ئەچێتە جگەرەكێشان بۆیە گەڕان یان خەریك بوون بە كارێكەوە زۆر بەسوودەو باشترە بۆیان) ئیتر هەر كەسێ (بە پێی ئەوەی كە پێشان لـە چ كـاتێكدا جگـەرەی زۆر دەكێشـا دەبێـت هەوڵ بدات لەو كاتانـەدا خـۆی خـەریك بكـات بـە شـێوەیەك كـە جگەرەكێشانی لە یاد بچێت و ئەوەندە بیری لێ نەكاتەوە).

خاڵی شەشەم:

ئەگـــەر لـــەناو ماڵەكـــەتاندا یـــان لەســـەر كارەكـــەتاندا جگەرەكێشـێ تـر هەیە (تـا چـەند ڕۆژێـك كـەم لەگـەڵی دانیشـەو مەهێڵە بۆ ماوەیـەك جگـەرە لـەلای تـۆ داگیرسـێنێت و دووكـەڵی جگەرەكـەیت بـۆ بێـتن تـاوەكو نـەوەكو دووكـەڵی جگـەرەی ئـەو مێشـك و هۆشـت تێـك بـدات و وەسوەسـەت بكـاتن بـۆ دووبـارە كێشانی جگەرە!).

خاڵی حەوتەم:

تووڕەبـوون لـەو كەسـانەی كـە ئـەزانن تـۆ جگـەرەت واز لێهێناوەو لەگـەڵ ئەوەشـدا جگـەرەت پێشـكەش ئەكـەن و پێـت ئەڵێن كوڕە بەو یـەك جگەرەیـە هیچـت لێ نایـەت و فێرنابیتـەوە بیكێشە! تۆش پێیان بڵێ قبوڵ ناكەم جارێكی تر كـەس جگـەرەم پێشـكەش بكـات چونكـە مـن نامـەوێ هـەرگیز بگەڕێمـەوە سـەر كێشانی ئەو بەڵایە پیس و بە زیانە!

خاڵی هەشتەم:

هەرکاتێ هەستت کرد بەوەی کە بێزاربووی لە دانیشتن و (دڵ تەنگی و سینگە کوتە و هەناسە تەنگی و تووش بووە بەتایبەتی لە شەواندا ئەوە (زوو هەستە سەر پێ و لە ژوورەوە یان برۆ دەرەوە و ناو حەوشە باشترە هەندێ پیاسە بکەو ئینجا هەر دوو قۆڵ و دەستت واتە باڵەکانت بکەرەوە بە تەواوەتی و سێ جار بیجولێنەو هەناسەی باش بکێشەو هەندێ هەوای پاك و سافی شەوانە هەڵمژەو تۆزێ سەیری ئاسمان بکەو لە دیمەنی جوانی وورد بەرەوە! ئەوە بەو کارەت دڵ تەنگیەکەت نامێنێ و هەناسە تەنگیت بەرەو باشی دەڕوات).

خاڵی نۆیەم:

هەموو کات هەوڵ بدە کە بێ کار بوویت خۆت بە شتێك خەریك بکەیت و کارێك بکەیت چونکە (هەوەس و مەیلی جگەرەکێشان هەموو کات لە بێ کاریو دەست بەتاڵی بە بیر مرۆڤ دێتەوە بەتایبەتی ئەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە بۆیە هەر چۆنێك و بە چ شێوەیەك بوو خۆت خەریك بکە ئینجا بە جۆرە کارکردنێك بوو یان بە خوێندنەوەو نووسین بوو یان بە تەسبیح کردن بوو یان بە بنێشت جووین بوو یان بە یاریکردن بوو لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەت یان بە هەر جۆرە شتێك بوو خۆت خەریك بکە باشترە لە بیرکردنەوەو بێ کارو جاڕزبوون!).

خاڵی دەیەم:

تۆ کە تازە بە تازە جگەرەت واز لێهێناوە وە هەندێ جار دڵت تەنگ دەبێتن بۆ جگەرەیەك! وە جەستەت کە پێشان فێرە نیکۆتین ببوو وە ئێستا نیکۆتین ناچێتە ناو جەستەت بۆیە هەندێ کات مەیلت و هەوەست بۆ جگەرەکێشان دەچێت و داڵغەی سەیر سەیر لێ دەدەیت لەسەر جگەرە! بۆیە هەر کاتێ زانیت مەیلت بۆ جگەرەکێشان دەچێتن و جگەرەت بە یادو بیر دێتەوە ئەوە لەو کاتانەدا (هەموو کات بیر لە زیانەکانی جگەرەکێشان بکەرەوە پێش ئەوەی بیر لە جگەرەکێشان بکەیتەوە وە بیر لەو نەخۆشییە ترسناکانە بکەوەکە بەهۆی جگەرەکێشانەوە تووشی مرۆڤ دەبن وەك جۆرەها نەخۆشی سەرەتان! چونکە جگەرە بۆ زیان گەیاندنە نەك بۆ خافلاندن و کات رابواردن!).

خاڵی یانزدەم:

هەرکاتێ هاورێ ی یەکانت یان خزم و کەست یان هەرکەسێك پرسیاریان لێکردی کە ئایا تۆ جگەرە کێشانت واز لێ هێناوە ئایا دووبارە نەگەرێتەوە سەر کێشانی جگەرە؟ یان پرسیاریان لێکردی ئایا مەیلت بۆ جگەرە کێشان دەچێت و حەزی لێ دەکەیت ئێستا کە؟ ئەبێ بەم جۆرە وەڵامیان بدەیتەوە و بلێییت (هەرگیز ئەو هەلەیە گەورەیە دووبارە ناکەم جارێکی تر بچم جگەرە بکێشم بەدەستی خۆم زیان بەخۆم بگەیەنم وەمن بێز و رك لێی بوونەوەم گەلێ زۆر ترە لەمەیل و حەز لێ بوونەوەم

لەجگەرە! بۆیە مەیلم لەجگەرە کێشانی دووبارە نی‌یە هەرگیز چونکە نیعمەتی خوای گەورە گەڵی زۆرە و هەمووشی بێ زیانە و تام خۆشن کەبیخۆم نەك وەك جگەرە تاڵ و بەزیان بێتن).

خاڵی دووانزدەم:

جۆرەهـا وەرزش و بەتایبـەتی غـاردان و سـەرکەوتنی سەرشاخ و بەرزایی و هاتووچۆ کردن زۆر باشە و بەسوودە بۆ ئەو کەسانەی کە تازە جگەرەیان واز لێهێناوە وە ئەم وەرزشانە وا لەو کەسانە دەکاتن کە (کاتە بەتڵەکانیان بەکاری بەسوود و بەکەڵك پر بکەنەوە کە سوودی هەبێتن بۆ مێشك و دەروون و ئەندامەکانی لەشیان وە وایان لێ دەکاتن کە جەستەیان زووتر پاك بێتەوە وە تەنگە هەناسەیان باشتر بێت و هەست بکەن بە زیرەکی و چاپووکی وە ئیرادە و وویستیان بەهێز بێت وکاتە بەتاڵەکانیان بەکاری بەسوود و کەڵك بەسەر بچێت و جگەرە کێشانیان لە بیر بچێتەوە) وە ئەگەر هاتوو یەکێك بەتەمەن گەورە بوو نەیتوانی وەرزش بکاتن با (وەرزشی ئاسان و سووك و سادە ئەنجام بداتن وەك بەپا رۆیشتن و پیاسە کردن و جوولانەوەی کەم و سووك).

خاڵی سێزدەم:

ئەو کەسانەی کە جگەرە واز لێ دەهێنن دەبێت (داوای یارمەتی لە خزم و کەس و هاوڕێیەکانیان بکەن وە پێیان بڵێن من جگەرەم واز لێ هێناوە بۆیە ئەگەر هاتوو ئاگام لێ نەبوو و دەمارگیربووم یان زوو هەڵچووم یان دڵە تەنگ بووم ئەوە زوو

ئارامم بکەنەوە و بەبیرم بهێنەوە کە هۆی دەمارگیری و هەلچوونم جگەرەواز لێ هێنانە) هەروەها پێیان بلێن (گەرهاتوو هەلەیەکم کر یان نەنگیەکم هەبوو بۆم داپۆشن ئەو چەند رۆژەی کەسەرەتای جگەرە واز لێ هێنانمە) وە (هەلس و کەوت و کاری وا مەکەن کە ببێتە هۆی توورە بوون و هەلچوونی من) چونکە ئەو کەسەی کە جگەرە واز لێ دەهێنێت - سەرەتاکانی رۆژانی یەکەمەکان (تۆزێك بێ ئارام و دڵ تەنگ ئەبێت) وەك ووتمان بەو (مندالە ئەچێ کەلەمەمەیان کردۆتەوە و ئارمی نی‌یە و شپرزەیە) بۆیە ئەی ئەوانەی کەتازە وازتان لە جگەرەکێشان هێناوە هەر چەند لەتواناتان دایە (ئارام بگرن و خۆراگربن و زاڵ بن بەسەر توورەییتان) چونکە (توورەیی هۆکاری تێك چوونی مێشك و دڵ و دەروونتانە) وە (تێکچوونی باری دڵ و دەروون و مێشکتان هۆکاری یادکردن وبیرکردنەوەیە لە جگەرە!!).

بەشی سێیەم

گرفتەکانی کاتی جگەرە واز لێهێنان

سەرەتایەکانی جگەرە واز لێهێنان جگەرەکێشەکان تووشی هەندێ (کێشەو گرفت و تێك چوونی باری دەروونی دەبن و باری دەروونیان دەشێوویت) بەتایبەتی (ئەو کەسانەی کە کاتی خۆی ماوەیەکی زۆر جگەرەیان کێشاوەو ڕۆژانە ڕێژەیەکی زۆریان لە نیکۆتین دەخستە ناو جەستەیان) بۆیە دەبێت ئەم جۆرە کەسانە (زانستانەو ژیرانە چارەسەری باری دەروونی شێواویان بکەن کە لەگەڵ بارودۆخی تازەیان کە جگەرەیان واز لێهێناوە بگونجێت) تاوەکو تووشی تەنگ و چەڵەمەی زۆری دەروونی نەبن هەر بۆیە سەرەتایەکانی ڕۆژانی جگەرە واز لێهێنان زۆرینەی جگەرە واز لێهێنەرەکان (تووشی پەشێوی و تێك چوونی دەروونی دەبن و باری ئاسای دەروونیان دەشێوێت و دەگۆڕێت) وە ئەو کەسە هەست بەوە دەکاتن (کە دڵ گوشراوەو هۆش و مێشکی شپرزەیەو شێواوە و قیچکە تەنگ بووەو زوو زوو تووشی دەمارگیری و هەڵچوون دەبێت و ئارامی خۆی لە دەست داوەو تووشی دڵەڕاوکێ بووە) بۆیە لێرەدا باسی هەندێ لەو گیروگرفتانە دەکەم کە گرنگی و سوودی خۆی هەیە بۆ خوێنەران:-

ا- گرفتی ئەو بۆشایەتی و بەتاڵیەی کە لە جگەرە واز لێهێنان پەیدادەبێت.

جگەرەکێشـەکان ئـەو بەتاڵیـەو بۆشـایەتیەی کـە بـەهۆی جگـەرە واز لێهێنانـەوە لـەناو کاتـەکانی ڕۆژانـەیاندا بۆیـان پەیدادەبێت و دروست دەبێتن بەو هۆیەوە تووشی هەندێ گرفت و تەنگ و چەڵەمەو تەنگەژەی دەروونی دەبن و ئازاریان دەدات و هەست بە نقوستانیەك و ناخۆشـیەك دەکـەن کـە بەسـەریان هـاتووە بـەهۆی واز لێـهێنانیان لـە جگەرەکێشـان. چونکـە ئـەو کەسـەی کـە جگـەرەی واز لێـهێناوە وە پێشـان کـە جگـەرەی دەکیشـاو (ڕۆژانـە چـەندەها جـارێ نێـو پەنجـەکانی جگـەرەی دەگـرت و هـەروەها سـەر لێوەکـانی و دەم و زاری جگـەرەی بـە سەرەو بوو وە سـیەکانی فێرە هـەڵمژینی دووکـەڵ و نیکۆتـین ببوو بە کورتی هەموو جەستەی فێرە جگەرەو نیکۆتین ببوون) بەڵام ئێستاکە جگەرەی واز لێهێناوە نە پەنجـەکانی و نـە سـەر لێوەکانی جگەرەیان پێوە دیار نیە وە نە سـیەکانی و نـە هیچ شوێنیکی جەستەی نیکۆتین و دووکەڵی بۆ نارِوات و ناچێت وە (لە هەمووشی گرنگتر ئێستا کاتەکانی ڕۆژانەی بە جگەرەکێشان بە سەر نابات و هەر بۆیـە بۆشـایەتیەك و بەتاڵیـەکی گـەورەی بۆ دروست بووە لەناو کاتەکانی دا وە نازانێت کە چۆن ئەم بۆشایی و بەتاڵیەی پڕیکاتەوە!) وە بۆ ئـەوەی ئـەم بۆشـایەتیەو بەتاڵیـەی کە لەناو کات و جەستەی جگەرە وازلێهێنەرەکە پەیدابووە نەبێتە هۆی بێزاربوون و تێکدانی مێشك و شێواندنی بـاری دەروونـی ئەو کەسە بۆیە دەبێت (پڕ بکرێتەوە بە جۆرێك و شێوەیەکی ڕێك و پێك بۆ ئەوەی جگەرە واز لێهێنەرەکە تووشی گێروگرفت نەبێت و نەکەوێتـە یـادی (جگەرەکێشـان وە جگەرەوازلێـهێنان چـەند

گرنگی خۆی هەیە ئەوە ئەوەندەش چارەسەرو پڕکردنەوەی ئەم بۆشایەتی‌یەو بەتاڵیەی کە لەکاتی جگەرە وازلێهێنان پەیدادەبێتن گرنگی تایبەتی خۆی هەیە) بۆ ئەوەی ئەو کەسەی جگەرەی واز لێهێناوە بەهۆی پەیدابوونی ئەم بۆشایەتی و بەتاڵیە تووشی گـیروگرفت و دەروون خراپـی نـەبێتن و دووبـارە گـیرۆدەی جگەرەکێشان نەبێتەوە و نەکەوێتەوە داوی دووکەڵ و نیکۆتین! بۆیە ئەو کەسەی کە تازە جگەرەکێشانی واز لێ هێناوە دەتوانێت کاتە بەتاڵەکانی پڕ بکاتەوە بە جۆرە بەرنامەیەکی ڕێك و پێك بۆ نموونە (ئەو کەسە پێشان کە زۆربەی کاتەکانی بە دانیشتن و جگەرەکێشان دەبردە سەر وە ئێستاکە جگـەرەی واز لێ هێنـاوە دەتوانێت لەجیاتی دانیشتن و داڵغە لێـدان! پیاسـە بکـاتن یـان خۆی بە کارێکەوە خەریك بکاتن یان کە لەماڵـەوە دانیشـتووەو دەستی بەتاڵەو پێشان پەنجەکانی جگەرەی لەنێواندا بوو بەلاّم ئێستا نێو پەنجەکانی بەتاڵەو ئەوە دەتوانێت پێنووسێك بگرێتە نێوە پەنجەکانی و شت بنووسێت یان وێنە بکێشێت! هەروەها پێشـان کـە جگـەرەی بـە لێـوەوە بـوو دووکـەڵی لـەناو زاریدا دەهێناو دەبرد!با ئێستا بنیشتێ بجوێت باشترە! یـان پێشـان (دادەنیشـت و لـەدیار جگەرەکێشـانی و بـە دووکـەڵ داڵغـەو خەیالاّتی بێ سنووری لێدەدا با ئێستا بیربکاتەوە لە (چۆنیەتی خۆشکردن و پاك کردنەوەی ژیانی و جەستەی خۆی کە چەند ساڵە بە دووکەڵ و نیکۆتین ئالوودەو پیسی کردبوو) یان هـەر کاتێ بێزاربوو با پەرتووك بخوێنێتەوە یان پیاسـە بکـاتن یـان تەسبیحات بکاتن بە کورتی (هەر کەسـەو بـە پێـی جـۆری کـار

زانینی و جۆری تواناو تەمەنی با هەڵس و کەوت بکات و هەوڵبدات کە ئەو بۆشایەتیەی کە لە جگەرە وازلێهێنان لەناو کاتەکانی و ناو جەستەی‌دا پەیدابووە چارەسەر بکات و پڕ بکاتەوە بۆ ئەوەی تووشی ئازارو دەمارگیری نەبێتن و باری دەروونی نەشێوێت) چونکە ئەو کەسانەی کە واز لە جگەرەکێشان دەهێنن وەکو بۆ نموونە (وێنەی کەسێکن کە چەندەها ساڵە لە شوێنێکدا کاردەکاتن و لەسەر کارە بەڵام دوای ماوەیەك بەهۆی تەمەنیەوە یان بە هەر هۆیەکی ترەوە بێت دەردەکرێت یان خانەنشین دەبێت و لەسەر کارەکەی لادەبردرێت و نامێنێت وە ئەو کەسە کە تازە کارەکەی لە دەست داوەو لە ماڵەوە و دەرەوەی ماڵەوە تووشی بۆشایەتیەك وە دەست بەتالیەکی زۆر دەبێتن و نازانێت کە بە چ جۆرێك کە ئەم بێ کاریەو دەست بەتاڵیەی پڕبکاتەوە بۆیە تووشی گێروگرفت و بێزاری و ئازارو ئاژاوە دەبێتن بۆ نموونە ئەو کەسە لە ماڵەوە خۆی لە هەموو کارەکانی خێزانەی تێوەردەدات و بیانوویان پێدەگرێت و ڕەخنەی زۆریان لێ دەگرێت وە گرژی و ئاژاوە دروست دەکاتن بۆ خۆی و ئەندامەکانی خێزانەکەی! لەڕاستی دا ئەم دروست کردنەی ئاژاوەو گرژی و ڕەخنەیە هەمووی لە بەلاشەو هۆکارەکەی ئەو بۆشایەتەیە وە بەتاڵیەیە کە بەهۆی لە دەست دانی کارەکەی بۆی دروست بووە! بۆیە ئەگەر ئەو کەسە هەوڵبدات کاتە بەتاڵەکانی بە جۆرە کارێکی تر پڕبکاتەوە کە پەیدای بکاتن ئەو کارە چ لە ماڵەوە بێ چ لە دەرەوە ماڵەوە بێ سوودی زۆری هەیە بۆی چونکە ئەو کاتە بۆشایەتی و دەست

بەتاڵی لەناو دەچێت و باری دەروونی ناشێوێت و دەردەسەری و ئاژاوەو گرژی دروست ناکات وە ژیانی خۆی و خەڵکی تر تاڵ ناکاتن!) بۆیە جگەرەکێشەکان گەر وازیان لە جگەرەکێشان هێنا زۆربەیان تووشی گیروگرفت و دەردەسەری هەمان ئەو کەسە دەبن کە کارەکەی لە دەست داوە هەر بۆیە کەسانی دەوروپشتیان هەر زوو هەست بەوە دەکەن و دەزانن کە حاڵەتی دەروونیو ڕەفتاری ئەو کەسە گۆڕاوە کە جگەرەی واز لێهێناوە بۆیە دەبێت ئەو بۆشایەتیەو بەتاڵیەی کە تووشی خەڵکی دەبن بەهۆی جگەرە وازلێهێنانیان دەبێت (بە ژیرانەو ڕێك و پێکی چارەسەر بکرێت و بە کارێکی گونجاوو شیاو پڕبکرێتەوە بۆ ئەوەی ئەو کەسە تووشی گیروگرفت و ئاژاوەو ئاڵۆزیو گرژی و خراپی باری دەروونی نەبێتن) یان ئەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە با بەشداری زیاتر بکەن لە ژیانی خێزانی و کۆمەلایەتیان کە (پێشان جگەرەیان دەکێشاو مات و کپ دادەنیشتن لە ماڵەوە یان لە چایخانەکاندا! با ئێستا کە جگەرە ناکێشن دەتوانن بە ڕوویەکی گەش شادەوە یاری لەگەڵ منداڵەکانیان بکەن یان دەستیان بگرن و بیانبەنە پیاسەو گەڕان و کاتی خۆشیان لەگەڵدا ڕابوێرن وە بەسەر ببەن کە ئەم گەڕان لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکانیاندا یارمەتی چاکیان دەدات لە دامرکاندنەوەو لەناوبردنی ئەو بێزاریو شێواویو ناو دڵ و دەروونیان) چونکە ئەو کەسانە کە پێشان زۆربەی کاتەکانیان بە دووکەڵ بەباکردن دەبردە سەر وە ئێستا کە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە هەست بە بۆشایەتیەك و بەتاڵیەکی زۆر

دەکەن وە ئێستا بۆیان دەرکەوت کە کاتێ جگەرەیان دەکێشا چ کاتێکیان بە جەرەکێشان و زیان لە خۆدان برۆدتە سەر؟ وە ئەگەر (ئـەو بۆشـایەتیە پـڕ نەکرێتــەوە دەبێتــە هــۆی بیرکردنــەوەو یــادکردنی جگەرەکێشــان وە جگــەرە وێنــەی خــۆی دێنێتــەو بەرچاوی ئەو کەسەو جگەرە خۆی بە جۆرەها شـێوە نیشـانی دەدات و دووبارە هەوەس و مەیلی ئـەو کەسـە ڕادەکێشـێت بـۆ سـەر جگەرەکێشـان) هـەر بۆیـە(هـەرکاتێ هەسـتت بـەوەکرد کـە نیگەران و بێزارو دڵ تەنگی و خەریکە یادی جگەرەکێشانت زاڵ دەبێت بە سەرتدا ئەوە زوو پەنا بەرە بەر جۆرە کارکردنێك یان بـرۆ هـەوا گۆڕیـن و پیاسـەکردنێك) بۆیـە هـەر کەسـێ کـە تـازە جگەرەی واز لێهێناوە با (هەوڵدات لەناو کارکردن و خوێندنەوەو پیاسەکردن دا وەڕز ببێت! باشترە لەوەی کە دانیشێت و بکەوێتە داڵغەلێدان یادی جگەرەکێشــان و خــۆی بێزاربکـات و دەروونــی خـۆی تێـك بـدات وە دووبـارە تووشــی جگەرەکێشـان ببێتــەوەو ئەوسـا لـەناو جەرەکێشــان و دووکــەڵدا بخنکێــت!) بــە کورتــی (چۆنیـەتی مامەلەکردن لەگەڵ ئەو بارودۆخـە تازەیـەدا هـەروەها چۆنیەتی پڕکردنەوەی ئەو بۆشایەتیەو بەتاڵیـەی کە پـەیدابووە لەناو کاتەکانی کەسی جگەر ە وازلێهێنەرەکە بەشێکی گرنگە لـە سەرکەوتنی بەرنامەی جگەرە وازلێهێنانی ئەو کەسە) بۆیـە ئەو کەسانەی کە تازە جگەرەیان وازلێهێناوە دەبێت (باوەڕیـان بـەوە هـەبێت کە ئەو گیروگرفتانەی کـە لـە وازلێـهێنانی جگەرەکێشـان بۆیـان دروسـت بـووەو بـە سـەریان هـاتووە هـەموو گـیروگرفتی ئاسایی و کاتیـە وە چـەند ڕۆژێکەو ماوەیـەکی کـەمی تـرە کـە لـە

کۆڵیان دەبێتەوەو لێی ڕزگار دەبن وە هێواش هێواش لێ ڕادێن و باشتر دەگونجێن لەگەڵ ئەم باردوخە تازەیان وە هەر چەند بە سەر ماوەی جگەرە وازلێهێنانیان تێپەڕێت و بڕوات ئەوە ئەوەندە لێ ڕادێن و دەحەسێنەوە تا وای لێ دێت کە بە یەکجاری جگەرەیان لەبیرو یاد دەچێت).

ب- گرفتی تووش بوون بە هەلچوون و دەمارگیری

گیروگرفتێکی تر کە تووشی هەندێ کەس دەبێت لەکاتی وازلێهێنانی لە جگەرەکێشان ئەویش گرفتی تووش بوون بە هەڵچوون و دەمارگیری‌یە چونکە خۆی لە خۆی‌دا سەرەتاکانی چەند ڕۆژێك لە ڕۆژانی جگەرە وازلێهێنانیان کەمێك و هەندێك باری دەروونی‌و جەستەیی جگەرە وازلێهێنەرکە دەشێوێت و تووشی بێ ئارامی و دەمارگیری دەکاتن وە ئەو کەسە (هەست بەوە دەکاتن کە وەك ئەوەی کارەساتێکی ناخۆشی بەسەرهاتبێت یان وا دەزانێت کە شتێکی گرنگی وون کردووە یان شتێکی پێویستیان لێ قەدەغەکردووە وەکو ئەوەی کە چۆن منداڵی ساوا لە شیر خواردنەوە دەکەنەوە شیری لێ دەبڕن وە چیتر شیری نادەنێ وە منداڵەکە هەست بە نوقسانی شێواوی دەکاتن) جگەرە وازلیهێنەرەکەش بە هەمان شێوەی منداڵەکە هەست بەو جۆرە نوقسانیە دەکاتن بەڵام (نوقستانی ئەو کەسە دووکەڵ و نیکۆتینە وە هی منداڵکە شیرە! ! !) بۆیە لەو کاتانەدا جگەرە وازلیهێنەرەکە (پێویستی بە ئارامی دڵ و دەروون هەیە) وە ئەو هۆیانەی کە دەبێتە هۆی خراپی و شێواوی دڵ و دەروونی و

تووشی هەڵچوون و دەمارگیری دەکاتن دەبێت خۆی لێ بپارێزێت وە دووری لێ بکات وە ئەو کەسانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە لە (دڵەڕاوکێ و لەناو هەوایەکی پڕ لە قیچکە تەنگی و دڵ تونددیدا دەژین وە مات و مەلولی و ماندووبوونی دەروونیان بە روخسارەوە دیارە!) وە (گرنگترین کار بۆ ئەوانەی کە دەیانەوێت واز لەجگەرەکێشان بهێنێت ئەوەیە دەبێت چارەسەری دەماگیری و هەڵچوونیان بکەن) چونکە بۆم دەرکەوتووە کە (هەڵچوون و دەمارگیری هۆکارێکی گرنگ و کاریگەرە بۆ تووش کردنی دووبارە جگەرەکێشانی ئەو کەسانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە!) هەر بۆیە (بیرو یادی جگەرەکێشانی دووبارە دەوری خراپی خۆی دەبینێت لەو کاتانەی کە کەسەکە دەمارگیری دەبێت و هەڵدەچێ وە جگەرە ناو مێشکی ئەو کەسە داگیر دەکاتن و تووشی وەسوەسەی دووبارەی جگەرەکێشانی دەکاتن وە هەروەها بێزاریشی دەکاتن) بۆیە دەبێت ئەو کەسانەی کە تازە وازیان لە جگەرکێشان هێناوە (کەشو هەواو بارەدۆخێکی گونجاو و لەبار بۆ خۆیان بڕەخسێنن وە خۆیان دوور بگرن و بپارێزن لە دروست کردنی هەر کێشەیەك و گێچەلێ ك کە ببێتە هۆی ڕەنجاندن و بێزارکردنی خۆیان و دڵ توندی و دەمارگیری و هەڵچوونیان بۆ پەیدابکات) بۆیە زۆر پێویستە کە جگەرە وازلیهێنەرەکان (دان بە خۆدا بگرن و خۆڕاگربن وە ئارامی و سینگ فراوانیان هەبێتن لە ئاست گیروگرفتەکان و کێشەکاندا وەنەهێڵن ئەم گیروگرفت و کێشانە زاڵ بن بە سەریانداو دڵ و دەروونیان تێك بداتن و تووشی

هەڵچوون دەمارگیریان بکاتن و وە کاریگەری بەزیانی هەبێتن لەسەر جگەرە وازلێهێنانیان و بەرنامەکانیان لێ بشێوێنێت و ساردیان بکاتەوە لەسەر بەردەوام بوونیان لە نەکێشانی جگەرە) وە لە زۆر کاتدا ئەم تازە جگەرە وازلیهێنەرانە (بەر خوردی توندیان لەگەل خۆیان و خەڵکی تردا هەیە وە لە سادەترین شت و هۆکار دەمارگیر دەبن و زوو هەلچدەچن وە بڕیاری بە پەلەو هەڵە دەدەن وە ئەمەش کارێکی هەڵەو بە زیانە بۆیان) وە دەبێت لەم کاتانەدا ئەم کەسانە زۆر ئاگایان لە هەڵس و کەوت و ڕەفتاری خۆیان هەبێ وە هۆشیارانە کردار بکەن وە باشترە (هەر خۆ بە خۆیان بڵێن کوڕە تووڕە مەبە! و تووڕە بوونی ناوێ ! ئارام بە چونکە هۆی تووڕەبوونت جگەرە وازلیهێنانتە!) یان دەتوانن بۆ بە بیرهێنانەوەی خۆیان لەسەر دەستیان بنووسن جگەرەت وازلیهێناوە نەکەی زوو تووڕە و دەماگیربیت! یان هەر بەس بنووسن! (تووڕە مەبە) وە گەرچی ئەم (دەمارگیری‌یەو هەڵچوون و زوو تووڕە بوونە هەمووی کاتی‌یەو لە دوای ماوەیەکی کەم نامێنێت لە سەر کەسی جگەرە وازلیهێنەرەکە).

ت- گۆڕانی هەڵس و کەوتی هەندێ لە جگەرە وازلیهێنەرەکان

هەندێ لەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە (هەندێ هەڵس و کەوت و ڕەفتارو کردار ئەنجام دەدەن کە بە هیچ

شێوەیەك لەگەڵ جۆرو ڕەوشت و خووی پێشانی ئەو کەسانە ناوەشێتەوە! وە پێشان پێش ئەوەی کە جگەرە وازلێ بهێنن کاری بەم جۆرە هەڵەو ناشیرینیان ئەنجام نەداوە) بۆیە زۆر گرنگە کە ئەوانەی واز لە جگەرەکێشان دەهێنن دەبێت (دەسەڵاتیان هەبێت لەسەر کردارو هەڵس و کەوت و ڕەفتاری خۆیان وە جۆری ڕەوشت و خوو و پەروەردەی چاکی پێشانی خۆیان لەیاد نەکەن وە نەهێلن کە جگەرە وازلیهێنانیان کاریگەری خراپی هەبێتن لەسەر گۆڕینی کردار و ڕەفتاریان) وە (دەمارگیری و هەڵچوون و تووڕەبوون بیانووگرتن نەبێتە هاودەم و پیشەی ڕۆژانەیان کە شیرازەی ژیانی ڕۆژانەیان تێك بدات و ژیانی خۆیان و خەڵکان تر تاڵ و پڕ لە کێشەو گیروگرفت بکەن و ئاژاوەو گێرە شێوێنی بخەنە ناو ژیانیانەوەو خۆیان و خەڵکی بێزار بکەن ئەوە چی‌یە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە!) مرۆڤ بۆ ئەوە واز لە جگەرەکێشان دەهێنێت (تاوەکو جۆری ژیانی باشترو جوانترو پاکترو خۆشترو بێ زیان تربێت نەك جۆری ژیانی خراپتر بکات و زیانی بۆ خۆی و خەڵکیش هەبێتن و ژیان لە خۆی و کەس وکاری تاڵ بکاتن) لێرەدا بۆمان دەردەکەوێت کە باشترین کار بۆ ئەو کەسانەی کە تازە جگەرەیان وازلێهێناوە کە زۆر گرنگە و بەسوودە ئەوەیە (کە بە ئاگابن و دەستەڵاتیان هەبێت و زاڵ بن بە سەر جۆری هەڵس و کەوت و ڕەفتاری خۆیان و ناشیرینی نەکەن!) وە هەندێ لەو کەسانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە زۆر بێزارن و لە دڵەڕاوکێ‌یەکی یەکجار زۆردا دەژین و

(ئەم جیهانە پان و بەرینەیان لەبەر چاو خۆیان تەنگ کردووە!) وە وا تێدەگەن و بیر دەکەنەوە کە خەڵکانی دەوروپشتیان گۆڕاون و دژ بە ئەوان دەجوڵێنەوە! بەڵکو لە ڕاستی‌دا وا نی‌یە و ئەوە (ئەوانن گۆڕاون و قیچکەیان تەنگ بووەو ڕەفتاریان توندبووەو ئارامییان لە دەست داوە لەوەتەی کە جگەرەیان وازلیهێناوە!) چونکە بۆ نموونە (دراوسێ‌یەکانیان هەمان دراوسێ‌ی پێشانن بەڵام ئێستاکە ئەو وا تێدەگات کە دراوسێ‌یەکانی خراپن و هات و هاوار زۆر دەکەن!) یان (هاوسەرەکەی هەمان هاوسەری پێشانە و چێشتەکەی هەمان ترش و خوێ‌ی تێکراوە وە بە هەمان ڕادە کوڵاوە! کە ئەو ئێستا وا تێدەگات کە ئەم زەمانە جۆری چێشت لێنانی خێزانەکەی زیاتر کوڵاوە یان زیاتر خێ‌ی و ترشی تێکراوە و چێشتەکە سوێرو ترش بووە!) یان (لەکاتی کارکردنیدا زوو وەڕز دەبێت و وا تێدەگات کە ماوەی کاتی کارکردنی هەر تەواو نابێت و کاتەکەی زیاتر بووە! بەڵام وا نی‌یە هەر بە هەمان کات و سەعات کار دەکاتن کە پێشان کاری دەکرد وە هیچ گۆڕانکاری‌یەك ڕووی نەداوە لەکاتی کارکردنیدا) لەڕاستی دا ئەوانەی باسمان کرد وا نی‌یەو چونکە (ئەو بەم جۆرە بیردەکاتەوە و قیچکەی تەنگ بووە و بیانوو و جنە زۆر دەگرێتن و پشی تەنگ بووە و ئارامی لەخۆی بڕیووەو بەهۆی ئەوەی کە وازی لە جگەرەکێشان هێناوەو هەندێ گۆڕانکاری لە خۆیدا ڕووی داوە وە دەبێت هۆشیار و بە ئاگابێت لە چۆنیەتی هەڵس و کەوت و ڕەفتارو جۆری بیرکردنەوەی بەرامبەر بە

خەڵکی) وە دەبێت ئەو کەسە بەرگەی جگەرە وازلیهێنانی بگرێت وئارامی خۆی بپارێزێت و نەهێلێت کە (دەمارگیری و هەڵچوون و بۆچوونی خراپ بە سەریدا زاڵ ببێت و شیرازەی ژیانی لێ تێک بدات وجۆری هەڵس و کەوت و ڕەوشتی بگۆڕێت) لەلایەکی ترەوە هەندێ لەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە (زۆر دڵ ناسك بوونەو زوو زوێر دەبن و لەسەرشتی زۆر سانا دل تەنگ دەبن و هەنجەت و بیانوو زۆر دەگرن!) وە زۆر کات لەبەر دڵ تەنگیان و بە هۆی ئەوەی کە وازیان لە جگەرەکێشان هێناوە لە خۆیانەوەو لە بەلاش لە بیانوویەك و هەنجەتێك دەگەڕێن بۆ ئەوەی کە ڕکی خۆیان پیێ هەڵبڕێژن! وەکو بۆ نموونە (دەبینین کەسێك پێش ئەوەی کە جگەرە وازلێبهینێت گەر یەکێك لە بازاڕ شانی لە شانی ئەو بدابایە ئەوە لەلای کارێکی ئاسایی دەبوو بەڵام ئێستاکە وا نیە کە تازە جگەرەی وازلێهێناوە دڵی ناسك بووەو زوو تووڕە دەبێت و هەڵدەچێتن وە بەرەنگاری ئەو کەسە دەبێتەوە کە شانی بە شانی کەوتووە وە ڕەخنەی زۆری لێ دەگرێت!) یان (لە ماڵەوە دەنگە دەنگێ بێت هەر زوو ئەو کەسە تووڕەو دەمارگیر دەبێت و دەڵێت ئەم دەنگە دەنگە و هات و هاوارە چی‌یە؟ بەڵام گەرچی پێشان پێش ئەوەی کە جگەرە واز لێبهێنێت دەنگی زۆر لەوە گەورەترو قەبەتری لەلا ئاسایی بوو!) هەر بۆیە لێرەدا بۆمان دەردەکەوێت کە دەبێت ئەو کەسانەی کە تازە جگەرەیان واز لێهێناوە (زۆر ئاگاداری ڕەوشت و هەڵس و کەوت و ڕەفتاری خۆیان بن وە لەکەدارو ناشیرین و خراپی نەکەن

بەهۆی جگەرە وازلیهێنانیانەوە).

ج- گرفتی دوورە پەرێزی لە خەڵکی

هـەندێ لـەو کەسـانەی کـە تـازە جگەرەکێشـانیان واز لێ هێنـاوە زوو زوو تـوورە دەبـن و هــەڵدەچن و گـیروگرفت لەگـەڵ کەس و کارو هاوڕێی و خەڵکانی تر پەیدا دەکەن (هەر بۆیە بەم هۆیـەوە پەیوەندی‌یەکانیان لەگـەڵ کـەس و کـارو خـەڵکی لاوازو کەم دەکەنەوەو لە زۆرکاتدا دوورە پەرێز دەوەستن و زۆربەی بە سەربردنی کاتەکانیان بە مات و مەلولی و تەنهایی و گۆشەنشینی دەبەنەسەر) هۆیەکەشی ئەوەیە کە دوور دەکەونەوە لەناو خەڵکی لەبەرئەوەی لەوە دەترسن کە تووشی هەڵچوون و دەمارگیری بن و کێشـە و گرفتیـان بـۆ پـەیدادەبێت لەگـەڵ خـەڵکی! وە (ئـەم دوورکەوتنـەوەو دوورە پـەرێزی و سسستکردنی پەیوەندی‌یـە کۆمەڵایەتیەکان کارێکی هەڵەیەو بە زیـانی ئـەو کەسـانە تـەواو دەبێـت کـە ئـەنجامی دەدەن چونکـە دڵ تونـدی و بـێزاری و دەمارگیری و دەروون شێواویان زیاتر دەبێتن لە دوورە پەرێزی و تەنهایی کات بەسەربردندا کە ئەوەندەی بیربکەنەوەو خەفەت و بێزاریـان قـوت بدەنـەوەو خـەزنی بکـەن لـەناو مێشـك و دڵ و دەروونیاندا) وە ئەم جۆرە کەسانە زۆربەیان سەرکەوتوو نابن لە وازهێنانیـان لـە جەرەکێشـان وە لـە بـێزاری و تەنـهایی دووبـارە دەسـت دەکەنـەوە بە جگەرەکێشان بۆیـە بـۆ ئـەم جـۆرە کەسـانە (بیرکردنەوەی ژیرانەو خۆڕاگری و ئارام گرتن و تێکەڵ بوون بە

خەلکی و بردنە سەری ژیانی ئاسایی رۆژانەیاندا لەگەڵ کەس و کارو خەلکی بە گشتی باشترین چارەسەری‌یە بۆ دەردی بێزاری و دەمارگیری و هەلچوونیان).

ح- گرفتی مەیل و خولیای دووبارە جگەرەکیشان

ئەوانەی کە تازە واز لە جگەرەکیشان دەهێنن هەست بە کەم و کورتی و دڵ تەنگی و بێزاری‌یەکی زۆر دەکەن وە (وا هەست دەکەن کە لە ژیانی رۆژانەیاندا شتێکی پێویستی گرنگیان لە دەست داوە یان جەستەی خۆیانیان لە شتێکی گرنگ بێ بەش کردووە) وە ئەم جۆرە هەست کردنانە وا لەو کەسانە دەکاتن کە بیرو هۆش و مێشك و دڵ و دەروونیان شێواو و شێرزە بێتن وە لەدوای شتێك بگەرێن کە شوێنی جگەرەیان بۆ پربکاتەوە وە لەم کاتانەدا ئەو جۆرە کەسانە (تۆماتیکەن) بیری‌یان بۆ لای دووبارە جگەرەکیشان دەچێتەوە وە دەبێت ئەو کەسانەی هەرکاتی هەستیان بەوەکرد کە هێواش هێواش مەیلیان دووبارە بۆ لای جگەرەکیشان دەروات و بیری دووبارە جگەرەکیشان لەناو مێشك و دلیاندا دەخولێتەوە (دەبێت زوو خۆیان بە ئاگا بێننەوە و ووشیاربن وە وا بیربکەنەوە گەر دووبارە خۆیان تووشی جگەرەکیشان کرد ئەوە گوناهێك و هەلەیەکی ئێجگار گەورەیان ئەنجام داوە) وە دەبێت هەموو کاتی (بیر لە زیانەکانی جگەرە بکەنەوە نەك بەس بیر لە دووکەڵ بەباکردنەکەی بکەنەوە) هەروەها نابێت (بە پێلی ئەو هێزەوە

بچن کـه لـەناوەوەی دەروونیـان داوایـان لێ دەکـات کـە دووبـارە جگـەرە بکێشـنەوە وە ئـەم هـێزەش هـێزی نیکۆتینـە وە ئـەم نیکۆتینە کاریگەری هەیە لەسەر ئەو کەسانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشـان هێنـاوە وە هـەندێ شـێواویان و کێشـەیان بـۆ دروست دەکاتن چونکە ئەو کەسانە چەندەها ساڵە (بە ڕەفتارو کردار و جەستە فێربوونەو تەعوودیان لەسەر ئەم جگەرەکێشانە و نیکۆتینە کردووە واتە تەواوی جەستەیان فێری ئەم جگـەرەو دووکـەڵ و نیکۆتینـە بووەو لەگەڵیدا لێ ڕاهاتوونـە) بۆیـە لـە زۆر کاتدا ئەو کەسانە (تووشـی بـەرزی و نزمـی و زۆری و کـەمی و هەڵبەزو دابەزینی وویست و ئیرادەیان دەبن بەرامبـەر بە جگـەرە بەتایبەتی لەو کاتانەی کە (یادی نیکۆتین پاڵەپەستۆیان دەکاتـە سـەر) هـەر بۆیـە (ئـارام گرتـن و خۆڕاگـری لـە بەرامبـەر بـە وەسوەسەی نیکۆتین و بەردەوام بوون لەسەر نەکێشانی جگـەرە کـارێکی گرنـگ و پێویسـتە لەسـەر ئـەو کەسـانەی کـە خولیـای دووبارە جگەرەکێشانیان لەناو مێشکدا هەیە).

خ- گرفتی دوو دڵی و کێشمەکێش

(ئەو کەسانەی کە تازە وازیـان لـە جگەرەکێشان هێنـاوەو هێشـتا بە تـەواوەتی لەگـەڵ ئـەم بارودۆخـە و شـێوە تازەیـەی ژیانیـان نـەگونجاون و لێرانەهاتوونـە بـە چـاکی وە خۆیـان ڕێـك نەخسـتووە لەگـەڵ بـە سـەربردنی کاتـەکانی ڕۆژانـەیاندا بـەبێ جگەرەکێشان) بۆیە (هەر جار نا جارێك دەکەونە بیری ئەوەی کە

جگەرەیەك بكێشن بەڵام هەر بەخۆیان دەڵێن نا نا نایكێشم هەروەها دوای ماوەیەكی تر هەم دیسان دووبارە لە دڵی خۆیاندا دەڵێن با یەك جگەرە بكێشین خۆ هیچ نییە دانە جگەرەیەك بەڵام دوو دڵی دەیانگرێت و لەناو ئەو كێشمە كێشەی ناوەوەی دەروونی خۆیاندا نازانن كە بریاری چی بدەن پێویستە لەسەر ئەو كەسانەی كە بەم جۆرە بیر دەكەنەوە هەرگیز چیتر نەكەونەوە بیركردنەوەی دووبارەی جگەرەكێشان و باری ئارامی دەروونیان بپارێزن چونكە (بیركردنەوەی بە بەردەوامی لەسەر كێشانی جگەرەیەك دەبێتە هۆی تێك چوونی باری دەروونیان و مێشكیان ماندوو دەكات و دوور نییە كە دووبارە فێری جگەرەكێشان ببنەوە وە بەردەوام بوونیان لەسەر ئەم جۆرە بیركردنانەوەیە زۆر بە زیانەو وا دەكات (ئەگەر ئەو كەسە فێری جگەرەكێشانیش نەبێتەوە ئەو هەردەم لەیادی جگەرەكێشان دا بێت و وێنەی جگەرە لە بیرو هۆشی دا هەبێت وبژیەت) هەر بۆیە ئەوانەی كە جگەرە واز لێ دەهێنن (دەبێت و پێویستە كە هەوڵبدەن وكۆشش زۆر بكەن كە جگەرە بە تەواوەتی لەناو ژیانیاندا دەربكەن و بە یەكجاری لە یادی بكەن) نەك وەكو هەندێ كەس كە جگەرەی واز لێ هێناوە بەڵام كاتێ جگەرەیەك لە دەستی هاورێیەكی دەبینێت لێی وەردەگرێت و بۆنی دەكات! ! یان هەر بۆ فشە لەسەر لێوی دادەنێت و یاری پێ دەكات! ! بەراستی سەیرن ئەم جۆرە كەسانە ئێوە كە وازتان لە جگەرە هێناوە دەواز لە بۆن كردن و یاری كردنیشی بهێنن چونكە جگەرە نە بۆ بۆن كردن دەبێت نەبۆ

یاری کردن دەشیت! !

د- گرفتی یادی جگەرەکیشان

هەندی لەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکیشان هیناوە دوای ماوەیەك بەدوای ئارەزوو و مەیلی هەلەیان دەکەون و دووبارە جگەرە دەکیشنەوە و دەکەونەوە ناو (تەلەی جادووی نیکۆتین و دووکەڵ) وە بە بیرو راو بۆچوونی خۆیان وا لیکی دەدەنەوە کە ناتوانن واز لە جگەرەکیشان بهینن و لە یادی بکەن وە بە دەست خۆیان نییە کە دووبارە فیرە جگەرەکیشان بۆوەتنەوە! وە بەم جۆرە قسەو مەتەڵانە دلی خۆیان دەدەنەوە و خۆیان هەلدەخەلەتینن لەکاتیك داو لە رستیدا ئەم جۆرە کەسانە نازانن کە ئەوان (هەر خۆیان خۆیانیان بە دەستەوە داوە و هیچ خۆراگرییەکیان نەبووە لە بەرامبەر بە جگەرە) وە کە جگەرەیان واز لیهیناوە نەیانتوانیوە بەم جۆرەش (وینەی جگەرە لەناو دڵ و دەروونیاندا دەری بکەن و چیتر یادی نەکەنەوە) گەرچی ئەوان وازیان لە جگەرە هینابوو بەڵام هەموو کات لە یادی جگەرە دەژیان! بۆیە ئەم جۆرە کەسانە لەگەڵ ئەوەی کە واز لە جگەرەکیشان دەهینن دەبیت واز لەیادکردنیشی بهینن و خۆراگربن و بە ئاسانی خۆیان نەدەنە دەستی جگەرە!

ر- گرفتی خۆ فریودان

هەندی جۆری دلەراوکیی بەردەوام وە بیرکرنەوەی زۆر

لەسەر جگەرە لەوانەیە (جگەرە وازلێهێنەرەکە ببات بەرەو خەیالاتی درۆو پووچ و ڕاستیەکان بشێوێنێت و ئەو کەسە تووشی خۆ فریودان بێت و خۆی دەست هەڵەبدات) وەکو بۆ نموونە (بیربکاتەوە لەوەی کە کەسێك گەر تووشی نەخۆشی سەرەتان و نەخۆشی‌یەکانی ترو زیان دیتن بێتن ئەوە تووش هەر دەبێت جگەرە گەر بکێشێت و نەکێشێت!) وە جۆرەها بیرکردنەوەو خەیالاتی تر کە ڕێ‌ی بۆ کێشانی دووبارەی جگەرە خۆش دەکەن بۆ ئەو کەسەو بەو جۆرە خۆی فریودەدات و دەکەوێتەوە ناو (تەلەی جگەرەکێشان دووبارە) بۆیە دەبێت ئەم جۆرە کەسانە هەر کاتێ بیرو بۆچوونێکی بەم جۆرەیان بە مێشکدا هات هەر زوو سەرزەنشتی خۆیان بکەن و بە خۆیان بڵێن (بەسە بیرکردنەوەو خەیالاتی هەڵەو چەوت) بۆیە (هەرگیز ڕێ‌ی مەدەو مەهێڵە کە بیرکردنەوەکانت خەیالاتەکانت هەر لەسەر جگەرە بێت و جگەرە خۆی بسەپێنێت بە سەر بیرکردنەوەو خەیالاتەکانت و هەمووی داگیربکات و پەیوەست بکاتن بە خۆیەوە) وە (مەهێلە کە وێنەی جگەرە دەوری خراپی خۆی لەناو بیرو هزردا ببینێت و دووبارە فریوت بدات و گومڕاهت بکاتن و سەرت لێ بشێوێنێت و نزیکت بکاتەوە لەوەی کە دووبارە جگەرە بکێشێتەوە) وە هەر کاتێ زانیت کە جگەرە دەیەوێت فریوت بدات و وەسوەسە بکاتە سەر مێشکت و دلت ئەوە هەر زوو ئەم ووشانە لەناو دلی خۆتدا بلێ‌ی (بڕۆ لێم گەڕێ ئەی جگەرەی پیسی بە زیان من چیتر جارێکی تر فریوی تۆ ناخۆم و ناچمە

ژێر فەرمانی ستەمکارانەی نیکۆتینی ژەهراویت! من بێزارم لە دووکەڵی تاڵ و خراپکاریەکانت وە من جارێکی تر نابمە دیل و زەلیلی تۆ! ئەی جگەرە وا تێنەگەیت کە من بەبێ تۆ هەڵناکەم و ژیان ناتوانم ببەمە سەر! چاك بزانە من ئێستا نرخی ژیان دەزانم و تام وچێژ لە خۆشیەکانی ژیان دەکەم! من بە وازهێنان لە تۆ ئەی جگەرە دەرگای خۆشیەکانم بۆ کرایەوەو هەزاران دەرگای ناخۆشی و بە زیانیشم لە خۆم داخست و ژیانی نوێم بۆ دەستەبەر بوو ژیانی پڕ لە پاکی و تەندروست چاکی و شارستانیەت! دە بڕۆ لێم گەڕێ ئەی جگەرەی چڕە درێژ هەوڵدانت بەلاشە تۆ جارێکی تر بە من ناوێریت و ناتوانیت هەڵم خەڵەتێنیت دووبارە چونکە لەبەرئەوەی من ئێستاکە ژیرانە بیر دەکەمەوە و هەڵس و کەوت دەکەم! وە هەرکەسێ ژیرانە بیربکاتەوەو هەڵس و کەوت بکاتن ئەوە هەرگیز فریوی تۆ ناخوات و تووشی داوی تۆ نابێت ئەی جگەرە!).

ز- دەوری کەس و کاری جگەرەوازلێهێنەرەکان

وەك ووتمان ئەوانەی کە تازە وازیان لە جگەرەکێشان دەهێنن (زۆر دڵ ناسکن وە لەسەر شت و ڕەفتاری زۆر سانا دڵ تەنگ دەبن و ڕەخنە و بیانوو زۆر دەگرن وە زوو زوو هەڵدەچن و دەمارگیری دەیانگرێت) بۆیە بۆ ماوەیەك پێویستە (لەسەر کەس و کاری ئەوانەی دەورو بەری ئەو کەسەی کە جگەرەی وازلێهێناوە کە مراعاتی بکەن و ئاگایان لێی هەبێت و ئارامی بۆ

دەستەبەر بکـەن و ئـەو ڕەفتـاڕو قسـەو کارانـە ئـەنجام نـەدەن و نەیکەن کە دەبێتە هۆی ئەوەی دڵ و دەروننی ئەو کەسە خراپ و تەنگ بکاتن و تووشی هەڵچوون و دەمارگیری و سەرلێشێواوی بکاتن) هـەروەها لەگەڵ ئەوەشدا دەبێـت (هـانی بـدەن و دەسـت خۆشی لێ بکەن و ئافەرینی پێ بڵێن) چونکە ئەو هاندانە دەبێتـە هۆی بەردەوام بوونـی ئـەو کەسـە لەسـەر نەکێشـانی جگـەرە وە دەبێت کەس و کاری پێی بڵێن (بەڕاستی کارێکی گرنگ و چاکت کـردووەو شـێوەت پاکـترو جوانـترو تەندروسـتیت باشـتر بـووە لەوەتەی کە وازت لە جگەرەکێشان هێناوە) لەلایەکی ترەوە بۆیـە پێویستە ئەندامانی خێزانی جگەرەکێشە\کان یارمەتیان بدەن بۆ وازلێهێنان لە جگەرە چونکە (ئەوان لە هـەموو کەس زیـاتر زیـان دەبینـن لــەوەی کــە یــەکێك لــە ئــەندامانی خێزانەکـــەیان جگەرەبکێشـێت وە دەبنــە سـووتەمەنی زیـانی جگەرەکێشـانی ئەوان!) هەر بۆیە (ئەرك و پێویستە لەسەر کەس و کـاری جگـەرە وازلێهێنـەرەکان کە بە هـەموو جۆرێك و توانایـەکیان پـاڵ پشـتی ئـەو کەسـە بکـەن و یارمـەتی بـدەن بـۆ ئـەوەی ئـەو کەسـە سەرکەوتووانە واز لە جگەرەکێشان بهێنێت) چونکە ئەوانـەی کە واز لــە جگەرەکێشــان دەهێنــن پێویســتیان (بــە دڵ دانــەوەو سـۆزێکی ئەوتۆیـە کـە دڵ و دەروونیـان تـێربێت لــەو سـۆزو دڵدانەوەیـە تـاوەکو لـەناو دڵیـاندا شـوێنی مـەیل و ئـارەزووی جگـەرەو نیکۆتـین نـەمێنێت هـەروەها بـۆ ئـەوەی کـە نیکۆتـین نەتوانێت هیچ هۆیەك بقۆزێتەوە بۆ ئەوەی کە دووبـارە خـۆی زاڵ

بكاتـەوە بـە سـەر دەروون و مێشـكی ئـەو كەسـە!) هـەروەها بـۆ ئەوەی ئەو كەسە (لە دڵەڕاوكێ‌ی و پەژارەدا نەژیت و خۆی لـە گۆڕەپانی دژ بە جگەرە بە تەنها نەزانێت و خۆی بێ پشتیوان و لاواز نەبینێت) بۆیە دەبێت و زۆر گرنگە كە كەس و كاری ئـەو كەسـانەی كـە جگـەرەیان وازلێـهێناوە (پـاڵ پشـتیان بكـەن و پیرۆزبـایی و دەسـت خۆشـیان لێ بكـەن و بـە چاكـەو باشـە بەسەریاندا هەڵ بڵێن و كارەكەیان بە نرخ و گرنگ دابنێن).

بەشی چوارەم

یەك: هەرگیز بێ هیوا مەبە

زۆرجار مرۆڤ لە ئەنجام دانی كارێك سەرناكەوێت بەڵام بێ هیـوا نـابێت و كـۆڵ نـادات و (دووبـارە هـەوڵ و تەقـەلا ئـەدات و سـەردەكەوێت) وەك بـۆ نموونـە (زۆرجـار قوتـابی لـە قوتابخانـە سـاڵێك سـەرناكەوێت و دەرنـاچێت بـەڵام واز لـە خوێنـدن و قوتابخانە ناهێنێت بە یەكجاری بەڵكو ساڵی دیكە هەوڵ و تەقەلا ئـەدات و ئینجـا سـەردەكەوێت وە زۆر لـەو جـۆرە قوتابیانـە پاشەڕۆژی ڕووناكیان هەبووە لەدوا ڕۆژدا) بۆیـە مرۆڤـی بەهێزو كۆڵ نەدەر گەر جارێك لە كارێ سەرنەكەوت واز نـاهێنێت بەڵكو جارێكی تـر هـەوڵ ئەدات و سەردەكەوێت. بۆیـە بـراو خوشـكی جگـەرەكێش (ئەگـەر جـارێك جگـەرەت واز لێـهێنا بـەڵام دوای ماوەیەك دووبارە گەڕایتەوە سەركێشانی جگەرە ئەوە هەرگیز بێ

هیوا مەبەو کۆڵ مەدە) وە دووبارە هەوڵ و تەقەلای خۆت بدەوە بۆ واز لێهێنان لە جگەرەکێشان بەڵام ئەم جارەیان (بە بڕیارێکی جدی ترو بە وویست و ئیرادەیەکی بەهێزتر لە جاری پێشوو وە بە ئارام گرتنێکی زیاترو بە خۆڕاگرییەکی پتەوو بە باوەڕ بوونێکی بەتین بە خۆت وە بە ئەزموونێکی زۆرتر دەست بکە بە وازلێهێنانی جگەرەکێشان) بۆیە (ئەی ئەو کەسەی کە جارێك وازت لە جگەرەکێشان هێناوە بەڵام دووبارە گیرۆدەی داوی جگەرەکێشان بوویتەوە! هیوات هەر هەبێت و نائومێد مەبەو کۆڵ مەدەو دیسان دووبارە دەست بکەوە بە وازلێهێنانی جگەرەکێشان چونکە ئەم جارەیان سەرکەوتن مسۆگەرە پشت بە خودای گەورە).

دوو: گەر جگەرە واز لێناهێنن مافی خەڵکی پێشێل مەکەن ئەو کەسانەی کە (نایانەوێت یان ناتوانن واز لە جگەرەکێشان بهێنن و وویست و ئیرادە لاوازن و خۆیان بە دەستەوە داوەو بە چۆکدا کەتوونەو وورەیان بەرداوە لە بەرامبەر بە جگەرەو پێی ناوێرن و هەوڵی چاکیان نەداوە بۆ وازلێهێنانی جگەرەو کەمتەرخەمن لە ژیاندا و گوێ نادەنە باری تەندروستی خۆیان) ئەوە (ئەبێت مافی خەڵکی پێشێل نەکەن و جگەرە لە دووری خەڵکی بکێشن و دووکەڵی جگەرەکانیان نەکەنە ناو چاوو کونە لووت و قورگی خەڵکی) چونکە پێمان خۆش بێت یان ناخۆش بێت (هەرکەسێ کە ڕەفتاروخوویێ ناشیرین و خراپی هەبێ ئەوە خەڵکی حەز بە دووری و خۆ پارێزی لێ دەکەن) وە (مرۆڤی ژیرو

تێگەیشتوو ڕۆشنبیر گەر خوو و ڕەفتاری ناشیرین و خراپ و بە زیانی هەبێت ئەوە هەوڵ ئەدات کە وازی لێ بهێنێت بەڵام گەر نەیتوانی وازی لێبهێنێت ئەوە وا دەکات و هەوڵ دەدات کە خەڵکی بەو خوو و ڕەفتارەی ئەو خراپەو زیانیان پێ نەگات هەروەها بۆ ئەوەی خۆی ڕەزاگران نەکات لەناو خەڵك و کۆمەڵگا) وەك ئەو پەندە کە ئەڵێت (ئەگەر گوڵ نیت دڕکیش مەبە) منیش ئەڵێم ئەی جگەرەکێش (ئەگەر واز لە جگەرە ناهێنیت و ناتەوێ ببیت بە گوڵ! ئەوە مەبە بە دڕکیش! کە دووکەڵە جگەرە بکەیتە ناو چاوو کونە لووتی خەڵکی و زیانیان پێ بگەیەنیت) وە لەڕاستیدا خەڵکی بە گشتی ڕەوخنەو گلەیی زۆریان هەیە لە جگەرەکێشەکان بەهۆی ئەم کەم تەرخەمیەی کە دەیکەن لە بەرامبەر بە مافی خەڵکی و کە لە هەموو کات و شوێنێکدا جگەرەکانیان پێدەکەن و دەیکەن بە دووکەڵ و مافی خەڵکی پێشێل دەکەن وە (خەڵك بە گشتی هەر کەسێ زیانیان پێ بگەیەنێت ئەو ڕقیان لێ دەبێتەوەو حەز بە دووری ئەکەن لێی وە پێویستە جگەرەکێشەکان ڕێز لە خەڵکی بگرن و مافیان پێشێل نەکەن بە دووکەڵە جگەرەکانیان و پیس و نەخۆشیان نەکەن وەك کە خۆیانیان پێی پیس و نەخۆش کردووە! هەر بۆیە (گەر جگەرەکێشەکان هەر زیان بە خودی خۆیان بگەیەنن بە تەنها باشترە و کەم زیانترە لەوەی کە زیان بە خەڵکی بگەیەنن بە گشتی وە بە تایبەتی ئەو کەسانەی کە جگەرە ناکێشن بەڵام بە دووکەڵی جگەرەکێشان زیانیان پێدەگات) وە ئەوەش (بەڕاستی

ستەمێكی گەورەیە كە كەسێك هیچ تاوان و هەڵەیەكی ئەنجام نەدابێت و جەرەكێش نەبێت بەڵام باجی تاوان و هەڵەی كەسانی تر بداتەوەو زیان ببینێت بە دووكەڵی جگەرەكێشەكان) هەر بۆیە خەڵكی لەو جگەرەكێشانەی كە دووكەڵی جگەرەكانیان ئەخەنە ناو چاویان و كوونە لووتیانەوە بەو كارەیان خەڵكی زۆر دڵ گران و پێیان ناخۆشە گەرچی گەر ڕاستەوخۆ دەنگیش نەكەن و ڕەخنەشیان بەرامبەر دەرنەبڕن! بۆیە براو خوشكی جگەرەكێش (چارت نی‌یە لەوە زیاتر ئەگەر دەتەوێت ڕەزا گران و زیانی خەڵكیت نەبێت و خەڵكی گلەیی و گازاندەت لیٚ نەكەن نارەزا نەبن لێت و نزاو دوعای خراپت لیٚ نەكەن و هەروەها خۆت سەرشۆرو نەنگادار نەكەیت و نەبیتە بارێكی گران لەسەر كۆمەڵ و خەڵكی بە گشتی ئەوە جگەرەكێشان واز لیٚ بهێنە! یان دووكەڵی جگەرەت لە خەڵكی دوور بكەرەوەو لە دووری خەڵكی جگەرە بكێشە) هەر بۆیە ئەگەر جگەرەكێش (تۆ ژیرو تێگەیشتوو و ڕۆشنبیری و زیانی خەڵكیت ناوێت و ئەتەوێت جگەرەكێشی ڕەزا سووك و خۆشەویست بیت لەناو خەڵكی ئەوە لەو چەند خاڵەی خوارەوە پەیڕەوی بكەو جیٚبەجیٚی بكە بە ووردی و چاكی و تەواوی:

أ- ڕێزی خەڵك بگرە بە نەكێشانی جگەرە لەلایان و نزیكیان بە (تایبەتی كاتیٚ كە لەناو ژووری بچووك و داخراوو قەڵەباڵغی جگەرەمەكێشە) وە ئەگەر زۆر مەیل و حەزت لە جگەرەكێشان بوو ئەوە بڕۆ دەرەوەو جگەرەكەت بكێشە وە (چاك

بزانە هەموو کەسێ ئەم ڕەفتارەتی پێ ناخۆشە کە لە تەنیشت و نزیکیان جگەرەبکێشیت بەڵام لە دووریان و لە دەرەوە گەر جگەرە بکێشیت ئەوە پێ خۆشحاڵ ئەبن و هەست بەوە دەکەن کە جەنابت ڕێزت لێ گرتوونەو مافیانت پێشێل نەکردووەو حەز بە بێزارکردنی خەڵکی ناکەیت و زیانی کەست ناوێ) بۆیە جگەرەکێشەکان ئەبێت وا بکەن کە خەڵکی لە دەست و پەنجەکانیان کە جگەرەیان لەنا بەینیدایەو دووکەڵ ئەخەنە ناو چاوو کوونە لووت و زاری خەڵکی ئەمین بن و پارێزراو بن و زیانیان پێ نەگات! وە مرۆڤ نابێت کە لەگەڵ کۆمەڵە خەڵکێ دانیشتووە جگەرە بە مەیلی خۆی بکێشێت و دووکەڵ بەبابکات و بیکاتە تەپ و تۆز!

ب- نەکێشانی جگەرە لەکاتی کارکردندا جگەرەکێشان لەکاتی کارکردن زۆر زیانی هەیە بۆ جگەرەکێشەکە و ئەو کەسانەی کە لە دەورو پشتی‌یەتی! بۆیە نابێت لەکاتی کارکردندا جگەرەبکێشێ و زیان لەو کەسانە بدەیت کە لەگەڵتدایە لەو شوێنە یان هەمکارتن یان مێوانتن! بۆ نموونە زۆرجار (ئەچیتە لای سەرتاشێ کەپرچت بتراشێ وە کە لەسەر کورسی دائەنیشیت و سەرتاشەکە دەست ئەکاتن بە تاشینی قژت سەیر دەکەیت لەناوەڕاستی کاری سەرتاشینەکە جگەرەیەك پێ دەکات و جار جار مژی لێ ئەداو دووکەڵەکەی بە سەرو چاوی کابرای ژێر دەستی دا ئەکات! وە وا ئەزانێ ئەو کەسەی ژێر دەستی دیلی ئەوە! وە دەبێت (مرۆڤ کاتێ کە کاردەکاتن پێویستە

خەریك بێت بە کارەکەی خۆیەوە نەك خەریك بە جگەرەکێشان بێت لە ناوەختدا!) وە من لێرەدا بەس تەنانەت لەگەڵ سەرتاشەکانم نییە بەڵکو هەموو ئەو کەسانەی کە مامەڵەو کاریان لەگەڵ خەڵکییە نابێت جگەرە لەو کاتانەدا بکێشن وەك (کارگەر لە کارخانەدا یان مامۆستا لە هۆبەو قوتبخانەدا یان پزیشك لە عیادەو نەخۆشخانەدا یان ئاشپەز لە چێشتخانەدا یان شوفێر لەناو ئۆتۆمبێل دا یان کارمەند لە شوێنی کارەکانیاندا یان... هتد!).

ت- ڕەفتارێکی زۆر ناشیرین و پێشێلیەکی ئاشکرای مافی خەڵکی ئەکرێ لەناو پاس و ڕیم و ئۆتۆمبێلی کرێی بە دووکەڵی جگەرەکێشان! باشە ئەی (برا جگەرەکێشەکان کە بە ڕیم و پاس و ئۆتۆمبێلی کرێی دەچیتەوە ماڵەوە یان لە ماڵەوە ئەچیتە بازاڕ و سەرکار بۆچی جگەرە ئەکێشن و بە دووکەڵ خەڵکی بێزارو دەخنکێنن!) ئەگەر بڵێن ناتوانین! ئەوە ڕاست نییە چونکە هەموو کەس چارەگە کاتژمێری یان بیست خولەك یان نیو کاتژمێر دەتوانێت کە جگەرە نەکێشێت تا ئەگاتە شوێنی دابەزینی خۆی! بەڵام ئەو کەسانەی کە جگەرە ئەکێشن لەناو ئۆتۆمبێلی گشتی ئەوە لە کەم تەرخەمی و گوێ نەدان بە مافی خەڵکییە کە ئەو هەڵەیە ئەنجام دەدەن زۆر سەیرە کە ئۆتۆمبێلێکی کرێی سی ی کەس یان بیست کەس یان پێنج کەس تێدایە کە هەناسە زۆر بە ئەستەم وگران ئەکێشرێت

لەناویدا ئینجا جگەرەکێشێك دەست ئەکات بە جگەرەکێشان و دووکەڵ کردن و هەموو دانیشتووانی ناو ئۆتۆمبێلەکە بێزار و کوێر دەکات و ئەخنکێنیٚ بەو دووکەڵە پیسە زیان لێدەرە! وە ئایا ئەو کەسە هیچ هەست ناکات کە هەڵەیەکی گەورەی ئەنجام داوە! وە ئەو هەموو خەڵکە گوناهیان چییە تۆ ستەمیان لیٚ ئەکەیت بەو دووکەڵەو مافیان پێشێل دەکەیت! ئەی برای جگەرەکێش بۆ ئارام ناگریت تا دائەبەزی!

ج- جگەرەکێشان لەکاتی بە ڕێگادا ڕۆیشتن لەناو بازاڕو شوێنی قەڵەباڵغ و سەرشەقامەکان و شوێنە گشتییەکان هەڵەیە و ماف پێشێل کردنی خەڵکییە. زۆرجاران دەبینین لەناو بازاڕداو لە شوێنێکی زۆر قەڵەباڵغ دا جگەرەکێشێك لەکاتی ڕۆیشتندا بە پا جگەرە ئەکێشێت و دووکەڵەکەی ئەچێتە ناو دەم و لووت وچاوی ئەو کەسەی کە لە پشتیەوە دەڕوات یان لە پێشیەوە یان لە تەنیشتیەوە ڕەت دەبێت وە بێزاریان دەکات بەو دووکەڵە پیسە! لێرەدا (ئەو کەسانەی کە نیازیان هەیە جگەرە بکێشن دەتوانن لە شوێنە قەڵەباڵغەکان دوور بکەونەوەو بچنە شوێنی چۆل جگەرە بکێشن بەبیٚ ئەوەی دووکەڵەکەی بخەنە ناو چاوی خەڵکی! (چونکە خەڵکیش مافی ئەوەیان هەیە بە بازاڕدا بڕۆن و بەبیٚ تەنگ و چەڵەمەو کێشەی دووکەڵی جگەرەکێشەکان کە زیانیان پیٚ بگەیەنێت).

ح- تکام وایە لە جگەرەکێشەکان کە (قونکە جگەرەو قەپێلکە پاکەت فریٚ نەدەنە سەر شەقام و شۆستەو جادەکان و

ناو بازاڕ وە گەر کۆخین بەڵغەم و تف فڕێ نەدەنە سەر زەوی و سەر ڕێگا خەڵکی! چونکە گەرچی ئەم کارەیان زۆر هەڵەیەو بە زیانەو ناشیرینە لەگەڵ ئەوەشدا ناشارستانیەتەو دیمەنی شارەکەمان پیس و ناشیرین دەکات) ئینجا ئەی جگەرەکێشەکان گەر پەیڕەوی لەو چەند خاڵەی سەرەوە بکەن بە باشی کە باسم کرد ئەوە باوەڕ بکەن کە خەڵکی زۆر لێتان ڕەزا دەبن و سوپاستان دەکەن وە (خۆتان زۆر زیاتر لە خەڵکی دڵ خۆشتر دەبن بەو کارە باشەتان چونکە خاڵی لاوازی نادەنە دەستی خەڵکی تا قسەتان پێ بڵێت و ڕقیان لێتان ببێتەوە و بێزارین لێتان) وە لە هەمووی گرنگتر (جگەرەکێشی ڕەزا سووك و خۆشەویست دەبن لەناو خەڵکی) وە (هیچ ڕەفتارو خەسڵەتێك لەناو جگەرەکێشەکاندا خراپترو بە زیانترو ناشیرین ترو مەترسیدارتر لەوە نی‌یە کە جگەرە لە نزیکی خەڵکی دەکێشن و دووکەڵی جگەرەکانیان بە سەرو چاوی خەڵکی دائەکەن!) وە زۆربەی جگەرەکێشەکان ئەم کارە هەڵەیەو بە زیانە ئەنجام دەدەن! هەر بۆیە دەکەونە بەر گلەیی و ڕەخنەو تولنج و پەلاری خەڵکی بەهۆی جگەرەکێشانیان لە نزیك خەڵکی و لە هەموو کات و شوێنێکدا! وە ڕەچاونەکردنی مافی خەڵکی بەوەی کە دووکەڵی جکەرەکانیان دەخەنە سەرو چاویانەوە! بۆیە ئاماژە بەو خاڵە دەکەم کە زۆر گرنگە ئەویش ئەوەیە (کە جگەرەکێشەکان مافی ئەوەیان نی‌یە کە زیانی جگەرەگانیان بە خەڵکی بگەیەنن! وە گەر ڕاست و ڕەوات دەوێت مافی ئەوەشیان

نی‌یه كه زیان به جه‌سته‌ی خۆشیان بگه‌یه‌نن هه‌رگیز!)

سێ: چیرۆك و به‌سه‌رهاته‌كانی جگه‌ره‌كێشه‌كان

أ- سه‌ردانه‌واندن و چاو شۆركردن بۆ جگه‌ره‌یه‌ك

مرۆڤ له زۆر كاتدا پێویستی به زۆر شت ئه‌بێت كه نیه‌تی به‌لام له كه‌سی داواناكات به‌لام زۆرجار وا ڕووی داوه جگه‌ره‌ی لێبڕاوه زوو ناردوویه‌تی لای هاوڕێ‌ی و هاوسێ‌ی كه جگه‌ره‌یه‌كی بۆ بنێرن! وه زۆر جگه‌ره‌كێش له‌كاتی لێبڕانی جگه‌ره‌داوا له باش و خراپ ده‌كه‌ن بۆ یه‌ك جگه‌ره! ته‌نانه‌ت برسیشی بێت دان به خۆیدا ده‌گرێ و داوای نان له كه‌س ناكات به‌لام جگه‌ره زۆر جاران سه‌ری پێ شۆرده‌كات هه‌روه‌كو بۆ نموونه وێنه‌ی ئه‌م چیرۆكه (كابرایه‌كی چاك و باش هه‌بوو به‌لام هاوسێ‌یه‌كی زۆر خراپ و ڕه‌وشت ناشیرین و نامه‌ردو ناپیاوی هه‌بوو! هه‌ر بۆیه كابرای باش هه‌رگیز قسه‌ی له‌گه‌ڵ ئه‌م پیاوه خراپه نه‌ئه‌كرد تاوه‌كو شه‌وێك كابرای باش جگه‌ره‌ی نامێنێ و دڵی زۆر ته‌نگ ئه‌بێت بۆیه ده‌چێته به‌ر ده‌رگای حه‌وشه‌و ڕائه‌وه‌ستێ و سه‌یری شه‌وی ئاسمانی جوان ده‌كاتن وه له‌و كاته‌دا ده‌بینێ كه كابرای ناپیاو و خراپی هاوسێ‌ی وا له پێش ده‌رگای خۆیان دانیشتووه وه جگه‌ره ئه‌كێشێت! هه‌ر بۆیه كابرای باش خۆی پێ ڕاناگیرێ و هێواش هێواش ئه‌چێته لای كابرای خراپ و یه‌كسه‌ر سه‌لاوی لێ ئه‌كات و له‌لای دائه‌نیشێ به‌بێ فه‌رموو لێ كردن ! ! ئینجا زۆر به سه‌ر شۆڕی و چاو

کزیەوەو ڕەنگ سووربوون بە کابرای خراپ ئەڵێن کا جگەرەیەکم بدەیێ! ! ! کابرای باش (هەرگیز بیری لەوە نەدەکردەوە کە ڕۆژێ لە ڕۆژان دا سەردانەوێنێ بۆ هیچ شتێك لەو ناپیاوە بەڵام جگەرە وای لێکرد بە زۆر سەر شۆڕبکاتن بۆ دەستی نامەردێکی ڕەوشت خراپ!)دەبا ئینجا کابرای باش (هـۆش بهێنێتـەوە سـەر خـۆی جگەرەیـەك موحتـاجی دەسـتی نامـەردێکی بکـاتن بـۆ وازی لێ نەهێنێت و نەیخاتە ژێر پایەوە!).

ب- خـۆ وویسـتی وو بێ ویژدانـی جگەرەکیش لـە هـەندێ کاتدا.

زۆرجاران ژن و منداڵی جگەرەکێشەکان داوای کیلۆیە میوە یـان هـەر شـتێ تریـان داواکـردووە کـە بۆیـان بکـڕن بـەڵام کـابرای جگەرەکێش داواکـەیانی بـەجێ نەگـەیاندووە و ووتویـەتی پـارەم نی‌یـە بەڵام هـەر لـەو کاتـەدا ڕۆژێ دە دینـاری بـە جگـەرە داوە! ! بـەڵام پێنـج دینـاری بـە میـوە یـان پێویسـتی تـری ژن و منداڵـی نەداوە کـە نەفسیان تیایـەتی یان پێویسـتیان پێیـەتی ئـا ئەمـە خۆویستی و بێ ویژدانی و ستەم نی‌یە؟! دە دینـار بە جگـەرەی ژەهـراوی و تـاڵ ئـەدات و خـۆی پـێ نـەخۆش دەکاتن بـەڵام پێنـج دینار بە میوە نادات کە هەمووی ڤیتامینە! هـەروەکو وێنـەی ئـەم چیرۆکە (جارێك کابرایەك کـە منداڵەکەی لەگـەڵدا بـوو چـوون بـۆ لای دوکـانێك و منداڵەکـە داوای کێکێکـی کـرد بـە دوو دینـار بـوو نرخەکەی بەڵام باوکی بۆی نـەکڕی بـەڵام منداڵەکە جنـەی گرتـوو

دەیووت هەر ئەو کێکەم دەوێتن بۆیە باوکی دوو زللەی مزری لە منداڵەکەداو پێی ووت کوڕم نەبوونە نازانی چی‌یە؟! ئینجا دوایی باوکی منداڵەکە دەستی برده گیرفانی و پێنج دیناری دەرکردو دایە دەستی خاوەن دووکانەکە و ووتی ها پاکەتێ جگەرەم بدەیێ! ! ئایا لەم بێ ویژدانی‌یەو خۆویستی‌یەو ستەم کردنە لەو منداڵە ئەی کات ئەم باوکە (پێی ڕەوا نی‌یە کە کێکێك بە دوو دینارە وە لە شەکرو ئاردو شیر دروست کراوە بکرێت بۆ منداڵەکەی کە نەفسی تایەتی و دڵی ڕازی بکاتن بەڵام پاکەتێك جگەرە بە پێنج دینار ئەکرێت و خۆی پێ ژەهراوی و نەخۆش دەکات و زاری خۆی پێ تاڵ دەکاتن بەڵام بە دوو دینار ناو زاری منداڵەکەی شیرین ناکات ئا ئەمە بێ ویژدانی و خۆ وویستی نی‌یە؟! ئایا ئەم جۆرە باوکە نەبوونە نازانێت یان ئەو منداڵە بەستەزمانە؟!!

ت- گفتوگۆی شێتێك لەگەڵ جگەرەکێشێك

هەندێ مرۆڤ لە جۆری هەڵس و کەوت کردن و خوو و کردار بە یەك دەچن گەرچی مانای ناوەکانیان جیاوازە وەك بۆ نموونە (دڵشاد لەگەڵ داماویان زانا لەگەڵ ڕۆناك یان شێت لەگەڵ ژیر)ئەم ناوانە مانای ناوەکانیان جیوازە و وەك یەك نی‌یە بەڵام (ئەشێ و ئەبێ کە هەندێ ڕەفتارو کردارییان و هەڵس و کەوتیان وەك یەك بێتن یان لەیەك بچێتن) بۆیە (هەندێ هەڵس و کەوت و کردارو ڕەفتاری هەندێ لە جگەرەکێشەکان لە هەندێ لایەنەوە بە کردارو هەڵس و کەوت و ڕەفتاری شێتەکان ئەچێت!)

لێرەدا (نیازم نی‌یەو نامەوێ هەستی جگەرەکێشەکان بریندار بکەم و کەسایەتیان لەکەدار کەم وە ئەو هەموو خەڵکەی کە جگەرە دەکێشن من هەرگیز بە شێت و کەم عەقڵیان نازانم) بۆیە نامەوێ خوێنەری خۆشەویست ئەم جۆرە بیرکردنەویە لەبارەی منەوە بکەن بە هیچ جۆرێك وە کە من دەڵێم (هەندێ لە ڕەفتارەکانی هەندێ لە جگەرەکێشەکان وەك ڕەفتاری شێتەکانە مانای ئەوە نی‌یە ئەوەی جگەرە ئەکێشێتن شێتە بەڵام لە هەندێ لایەنەوە هەڵس و کەوتیان بە یەکتری دەچێتن) چۆن من ئەزانم زۆر لە (زاناو پزیشك و ئەدیب و ڕۆشنبیرو شاعیر و هونەرمەندو فەیلەسوف و سیاسەتمەدارو مامۆستاو دەوڵەمەندو خەڵکان باش کە زۆر سوودیان بۆ کۆمەڵ هەبووە و هەیە وە عاقڵیشن جگەرەیان کێشاوە و ئەکێشن) وە ئەم جۆرە کەسانە کەس پێیان ناڵێتن شێت! وە من و خەڵکانی تر بە گشتی سوپاسیان دەکەین و لێیان ڕازین و ڕێزیان دەگرین! بەڵام لێرەدا هەر ئەو جگەرە پیسەی کە زۆر لە (مرۆڤی عاقڵ و بەناوبانگ و تێگەیشتوو ئەیان کێشاو ئێستاش دەیکێشن) ئەوە زۆر لە مرۆڤی (کەم عەقڵ و سواڵکەرو تاوانبارو تەمبەڵ و نەزان و دزو شێت و کۆنەپەرست و ستەمکارو نەخۆش و زۆردار جگەرەیان کێشاوە وئێستاش ئەیکێشن بە بەردەوامی! بۆیە (ئەوە نابێتە هاوسەنگی کە زانایەك یان بەناوبانگێك خوو ڕەوشت و کردارو ڕەفتاری خراپ و هەڵەی هەیەئێمەش لێی فێرببین! ئەبێت ئێمە بەس شتە بەسوودەکان و چاکەکانیان لێ وەرگرین و فێرببین وە لە ڕەفتارە خراپەکان و بە

زیانــەکانیان گــەر هــەیان بــوو دووری بکــەین) لەڕاســتیدا جگەرەکێشـان دیاردەیـەکی خـراپ و ناشـیرین و پیـس و زیـان لێدەری ترسناکە کە (داوێنی مرۆڤی ژیرو شێت و باش و خراپ و زاناو نەزان و دەوڵەمەندو هەژارو پزیشـك و نـەخۆش و نـێرو مێی گرتووە!) بۆیە مرۆڤی تەواو عاقڵ و ژیر دووری لێ دەکات و خـۆی لێ ڕزگـار دەکـاتن! وە بـە کورتـی (هـەندێ لـە ڕەفتـاری جگەرەکێشەکان بە ڕەفتاری شێتەکان دەچێت بەڵام هەموو کەس شکی پێ ناکات) وە لەو چیرۆکەی خوارەوە بۆمان دەردەکەوێت کە چ ڕەفتاری جگەرەکێشـەکان بـە ڕەفتـاری شـێتەکان دەچێـتن (ڕۆژێك شێتێك لەناو بازاردا خۆی بە توندی لە کابرایەکی جگەرە بەدەست داو لێیان بووە دەمەقاڵێ و گفتوگۆکردن لەگەڵ یەکتری! وە گفتوگۆیەکە بـەم شـێوەیە ڕوویدا کـە پیـاوە جگەرەکێشـەکە ڕووی لە شێتەکە کردوو ووتی هـەی پیـس و تەمبـەڵ و ڕەفتـار خراپ و زیان لێدەر! ئەوە بۆ وا بەم جۆرە خۆت لە من داو پیست کردم و جگەرەکـەی دەسـتمت شـکاند هـەی شـێتە! شـێتەکەش وەڵامی دایەوەو ڕووی لە جگەرەکێشەکە کردوو ووتی بەوەی کە من بـە چـاوی خـۆم لـە ڕەفتـاری جگەرەکێشـەکان دیومـە لـەناو بازاڕدا! گەرچی تۆی جگەرەکێش لەپێش چاوان دا عاقڵ و ژیری بەڵام (هەندێ کردارو ڕەفتارت هەیە کە هەڵەیەو بە زیانەو پیسەو بە ڕەفتـاری منـی شـێت ئـەچێتن گـەرچی مـن لـە پێـش چاواندا شێتم! کابرای جگەرەکێش ووتـی باشـە مـن چ پیسـیەك و خـوو و ڕەفتارێکم بە تۆی شێت ئەچێتن کا پێم بڵێ؟ شێتەکەش ووتی لە

خاڵی:-

١- منی شـێت زۆر جـار زیـانی خـۆم هەیـەو شـتی پیـس ئەخۆم زیان لە خۆم ئەدەمو بەم جۆرە خۆم نەخۆش ئەکەم و گوێ نادەمە باری تەندروستیم! وە تۆی جگەرەکێش زیـان لـە خـۆت ئـەدەیت و جگـەرەی پیـس ئەکێشـی و نیکۆتینـی ژەهـراوی دەخۆیـت و خـۆت نـەخۆش دەکـەیت و تەندروسـتیت خـراپ ئەکەیت بە دەستی خۆت وەك منی شێت!

٢- منی شێت زیانم هەیە بۆ خەڵکی و شەرم لە هیچ کەس ناکـەم و هـەندێ جـار دەسـت ڕائەوەشـێنم و زیـان بـە خـەڵکی ئەگەیـەنم! وە تـۆ بـە کێشـانی جگـەرە و دووکەڵەکـەی زیـان لـە خەڵکی ئەدەیت و دووکەڵەکەی فرێ ئەدەیتە نـاو لـووت و چاوی خەڵکی و تووشی دەردەسەری و نەخۆشیان دەکەیت و جگەرە لە هـەموو کـات و شـوێنێکدا دەکێشـیت و شـەرم لـە هیـچ کـەس ناکـەیت! وە هــەندێ جــار بــە ئــاگری جگەرەکــەت خــەڵکی دەسووتێنیت و هەست بە بەرپرسیاری ناکەیت و مافی خەڵکی پێشێل دەکەیت!

٣- منی شێت زۆرجار چڵم و لیکم دێتە خوارەوە سمێڵ و دەستم پیس ئەکـەم و خـۆم ناشـۆم و چڵکنـم و بـۆنم ناخۆشـەو خـەڵکی بـێزم لێ دەکـات! وە تـۆی جگـەرەکێش بـە نیکۆتـین و دووکەڵـە جگـەرە خـۆت پیـس دەکـەیت سمێـڵ و دەسـتت زەرد

ئەکـەیت و ددانـت زەردو ڕەش ئەکـەیت و بـۆن دەم و هەناسـەو گشت جەستەت بۆنی ناخۆشی دووکەڵ و نیکۆتینی لێ دێـت و خەڵکی بێزت لێ ئەکات و لەگەڵ ئەوەشدا زۆرجاران دەکۆخێت و تف و بەڵغەم فڕێ ئەدەیتە سەر زەوی!

٤- شێت هەندێ جار پارە ئـەدڕێنێ و ئەیسـووتێنێ یـان فڕێی ئەدات و بەفیڕۆی ئەدات و نازانێت خەرجی بکات! وە تۆی جگـەرەکێش پـارە بـە جگـەرە ئـەدەیت و دوایـی جگەرەکـە ئەسووتێنێت و قونکە جگەرەش فڕێ ئەدەیت وە تۆش پارەکەت سووتاندو بەفیڕۆت داو زیانیشت لە خۆت داو نەتزانی پارەکەت خەرج بکەیت وەکو منی شێت!

٥- ئێمەی شێت هەموو شتێك لە سەر شەقامەکان و نـاو بازاڕ فڕێ ئەدەین و شارەکەمان پیس ئەکەین و گوێ نادەین بە پاك وخاوێنی شارەکەمان! وە ئێوەی جگەرەکێش گوێ نادەنـە پاك و خاوێنی ناو بازاڕ و سەر شەقامەکان و بە جگـەرەکانتان زۆر پیسی ئەکەن بە هەموو جۆرێك و شێوەیەك کـە (جگـەرە دەکێشن دووکەڵەکەی بەبا ئەکەن و هەوا ئاڵوودەو پیس دەکەن دوایی سۆتکەکەی فڕێ ئەدەن وە کە جگەرەکە تەواو بوو ئینجا قونکەکەی فڕێ ئەدەن وە کە جگەرەکەی ناو پاکەتەکە تەواو بوو ئینجا قەپێلکەکەی فڕێ ئەدەن وە کە ناو دەمتان تاڵ بوو ئەوە تف ئەکەنە سەر زەوی وە کـە کۆخین بەڵغەم فـڕێ ئەدەنـە سـەر

زەوی و ناو بازاڕو سەر شەقامەکان و هەموو پیس دەکەن و دیمەنی شارەکەمان ناشیرین دەکەن و گویٚ نادەنە پاك و خاوێنی هەروەکو ئێمەی شێت!).

٦- شێت حەز ئەکاتن لە پەنا دیوارەکان و دوکانەکان و مالاّن لێی بکەوێت و پشوو بدات و تەمبەڵی دایدەگریٚ وە جگەرەکێش حەزی زۆر لە دانیشتن و هەوەسی لە جگەرە پێکردنە لە پەنا سێبەرەکان و سەرجادەکان و ناو چایخانەکان وە حەز بە ڕۆیشتن کەمتر ئەکاتن و زۆربەی جگەرەکێشەکان کەم جموجۆڵن و تەمبەڵن لە بە پا ڕۆیشتن دا لەبەر تەنگە نەفەسی و هەناسە سواری!

٧- شێتەکان لە هەندیٚ کاتدا خوو دەگرن و زوو زوو تووڕە دەبن و هەڵدەچن! وە جگەرەکێشەکان ئەگەر جگەرەیان لێ بڕیٚ و جگەرەیان دەست نەکەوێت بیکێشن ئەوە زوو دەمارگیری دەیانگرێت و هەڵدەچن و زوو تووڕە دەبن و جنە دەگرن لە بەلاش و لە بیٚ جگەرەیان ئەڵێی شتێکیان بزرکردووە چونکە خوویان بە جگەرەکێشانەوە گرتووە بۆیە هەر کاتیٚ جگەرەیان دەست نەکەوێت بیکێشن ئەوە دڵ ناسك دەبن و دەمارگیرو تووڕە دەبن!

٨- شێت بارێکی گرانە لەسەر خێزانەکەی و کۆمەڵ و

وولاتەکەی! هەروەها جگەرەکێشیش بارێکی گرانە لەسەر خۆی و خێزانی و وولاتەکەی و زیانی ئابووری هەیە بۆ گشتیان! ئیتر لە کۆتایی گفتوگۆیەکەدا شێتەکە بە جگەرەکێشەکەی ووت (من کاتێك دەبمە شێتی تەواو کە جگەرەش فێر بم و بیکێشم! وە تۆش کاتێك دەبیتە مرۆڤی عاقڵ و ژیری تەواو کە جگەرە واز لێ بهێنێت و نەیکێشێت ! بەلام ئێستا نە من شێتی تەواوم! نە تۆش عاقڵ و ژیری تەواوی! ! !) باشە کاکی جگەرەکێش من شێتێکم ئەوەندە لە زیان و پیسی جگەرەکێشان شارەزام و دەزانم! ئایا تۆی عاقڵ و ژیر نازانێت! لێرەدا چیرۆکەکە کۆتایی پێ هات بۆیە لە کۆتایی‌دا دەڵێم (ئێستاش من لەسەر قسەکەم سوورم کە جگەرەکێش شێت نی‌یە و ژیرە بەلام بە واز لێ هێنانی لە جگەرەکێشان عەقڵ و ژیری تەواو تر دەبێت و خوو و ڕەفتاری ناشیرین و بە زیان واز لێ دێنێ و لە خراپەکاری‌یەکانی جگەرە دوور ئەبێتەوە).

ج- جگەرەکێشەکان دەڵێن هەڵناکەین و ناژین بەبێ جگەرە

زۆربەی جگەرەکێشەکان ئەڵێن (ناتوانین جگەرە واز لێ بهێنین وە بەبێ جگەرە هەڵناکەین و ناژین و تەنانەت یەك ڕۆژ بەبێ جگەرەکێشان ناتوانین و ئەمرین یان لە خەفەتا شێت ئەبین!) ئێمە هەموومان دەزانین (کە مرۆڤ بەبێ هەواو ئۆکسجین ناژیت و ئەمرێ وە یان بەبێ خواردن و ئاو ماوەیەك هەڵ دەکات و گەر نەیخوات دوایی ئەمرێت و لەناو ئەچێ) هەندێ لە

جگەرەکێشەکان ئەو جۆرە قسانە ئەکەن و (نیکۆتینی جگەرەیان کردۆتە وێنەی خوێن ئەگەر لە ڕەگەکانی جەستەیان دەرکرێت ئەوە ئەمرن یان دووکەڵی ژەهراوی جگەریان کردۆتە ئۆکسجین ئەگەر نەچێتە سی‌یەکانیان ئەوە ئەخنکێن!) ئەم جۆرە قسانە ڕاست نی‌یەو هەموو کەسێ بەبێ جگەرەکێشان ئەتوانێت باشتر بژیت و باری تەندروستی چاکترو ژیانی خۆشتر دەبێت لێرەدا باسی چیرۆکێکتان بۆ دەکەم کە (پیاوێك هەبوو زۆر جگەرەی دەکێشا لە هەموو کات و شوێنێکدا بە کورتی زۆربەی کاتەکان جگەرەی بە لا زارەوە بوو بە وێنەی شەمەندەفەری کۆن دووکەڵی لێ بەرز دبۆوە! وە ئەم پیاوە (بە بیرو بۆچوونی خۆی وا تێ گەیشتبوو کە هەرگیز بەبێ جگەرە ساتێکیش هەڵ ناکات و ناژیت و ئەی ووت جگەرەو نیکۆتین لەگەڵ خوێنم تێکەڵ بوونەو ئەگەر جگەرە نەکێشم دڵم ڕائەوەستێ و ئەمرم!) وە ئەم پیاوە جگەرەکێشە هەموو کاتێك (نەخۆش بوو و ژانە سەرو زگ ئێشەو سینگ ئێشەی هەبوو و بەڵغەمێکی زۆریشی فڕێ ئەدا وە لاوازو بێ توانا و تەمبەڵ بوو وە زۆر هەناسە سواربوو!) ئەم پیاوە ڕۆژێ لە ڕۆژان کاری لە دەست ئەداو ماوەیەکی زۆر بێ کار ئەسوڕێتەوە تاوەکو ڕۆژێ پارەشی تەواو ئەبێت و ناتوانێ نانێ یان پاکەتێ جگەرە بکڕێ! وە مەیل و هەوەسی جگەرەکێشان ئۆقرەی لێ بڕیبوو و تووشی وەسوەسەی دەکرد! بۆیە کەوتە بیرو خەیاڵی دزینی نانێك یا پاکەتێ جگەرە بەڵام ئەم دزینی پاکەتێ

جگەرەکەی هەڵبژارد! بۆیە دەستی کردە دزینی پاکەتێ جگەرە لە منالێ سەرجادە بەڵام دزینەکەی سەرناگرێت و تووشی گرتن ئەبێت و زیندانی ئەکرێ و فرێی ئەدەنە ناو زیندانەوە! وە لەو وولاتە جگەرەکێشان قەدەغەبوو لەناو زینداندا کە لە گەلێ وولاتاندا جگەرەکێشان لە زیندانەکان قەدەغەیە وەك بۆ نموونە وولاتی ئێران! ئەم پیاوە لەبێ جگەرەیی لەناو زینداندا ئارامی نەئەگرت و لە سەری قاوشی زیندان بۆ ئەو سەری هاتووچۆی ئەکرد هەروەك شێت! بۆیە هەندێ کەسی زیندانی پێیان ووت لەناو ئاودەستەکان جگەرەکێشان لەوێ بە دزیەوە جگەرە دەکێشن! بۆیە ئەم پیاوە هەر بە غاردان بەرەو ئاودەستەکان ڕۆیشت وە دیتی لە چەند شوێنێکەوە دووکەڵ بەرز دەبێتەوە بۆیە چوو داوای لە چەند کەس کرد کە جگەرەیەکی بدەنێ بەڵام کەس نەیداپێی وە پێیان ووت لێرە جگەرە بە پارەیەکی ئێجگار زۆر پاسەوانەکان بە نهێنی بۆمان دەکڕن و دێنن! بەڵام ئەم پیاوە زۆر پارایەوە و تکای لە کابرایەك کرد وە ئەویش یەك مژە جگەرەی دا پێی وە لە کۆتاییشدا قونکە جگەرەکەی دا پێی و بەو پیاوەی ووت ئەمە یەکەمجار و دواجارە جارێکی تر هیچت نادەمێ و نەکەیت بێیتەوە ئەم ناوە! هەر بۆیە ئەم پیاوە بەبێ جگەرەکێشان سات ڕۆژانی بەسەر ئەبرد لەناو زینداندا وە لەبیرو خەیاڵی خۆی داینابوو هەر ئازاد بکرێ لە زیندان یەکسەر بڕوات جگەرە بکێشێت! دوای بیست ڕۆژ زیندانی ئەم پیاوە ناویان

خوێنـــدەوەو لــە دوایــان نــاردوو ئەفســەری بەرپرســی زینــدان پارەیەکی کەمی دا پێی بۆ کرێی ئۆتۆمبێل و ئازادکرا! بۆیە ئەو پیاوە هەر چووە دەرەوەی زیندان یەکسەر بە پەلەو زوو بەرەو لای جگەرەفرۆشـــەکان کەوتـــە ڕێ! وە کـــاتێ گەیشـــتە لای جگەرەفرۆشەکان دەستی دایە پاکەتێ جگەرەو پارەکەی دا بــە خاوەنەکەی و ڕۆیشت بەڕێوەو بە دەم ڕێگا ڕۆیشتنەوە خەریکی هەڵپچڕاندنی پاکەتەکە بوو بۆ ئــەوەی جگەرەیــەك پــێ بکات و بیکێشێت بــەڵام لــەم کاتــەدا ئــەوە هاتــە یــادی کــە بیســت ڕۆژە جگەرەی نەکێشاوە ئەی بۆ نەمرد یان بۆ لەتاوی جگەرە شێت نەبوو؟! ئینجا ئـەم پیـاوە زانـــی درۆیــە مــرۆڤ بــەبێ جگــەرە هەڵنــەکات و نـــەژیت بـــەڵکو مـــرۆڤ باشـــتر ئـــەژیت بـــەبێ جگەرەکێشـان. وە ئـەم پیـاوە هەسـتی کـرد کـە ئێسـتا تەنگـە هەناسەی نەماوە وە سەرو سك و سینگی ژان ناکـات و ئـازاری نادات وە ئێستاکە ناکۆخێت و بەڵغەم فڕێ نادات وە بۆنی پیسی نیکۆتـین لەســەر جەســتەی نــەماوە! بۆیــە زانـــی ئـــەو ئـــازارو نەخۆشیانەی هەمووی بەهۆی جگەرەکێشانەوە بوو! وە ئێستاکە بووەتـە مرۆڤێکـی زۆر چاکـتر لــە پێشــوو بۆیــە بڕیــاری دا کــە جـارێکی تـر نەچێتـەوە ژێـر فـەرمانی ستەمکارانەی جگەرە بۆیـە پاکەتە جگەرەکەی خستە ژێر پایەوەی و هاواری کرد پڕ بە زاری (من ئازاد بووم دووجـار ئـازاد بـووم لـە دیلـی جگـەرەو لـە بەندی زیندان).

چوار: چارەسەرکردنی دیاردەی جگەرەکێشان لە جیهاندا

وەك دەزانین دیاردەی جگەرەکێشان بە ڕادەیەکی زۆر بەرفراوان بڵاوبۆتەوەو پەرەی سەندووە لەم سەردەمەدا و جیهانی بە گشتی گرتۆتەوە وە جگەرەکێشان بووەتە هۆی دەردو گیروگرفت و زیانێکی ئێجگار بۆ خەڵکی بە گشتی وە (تاوەکو ئێستا لە جهاندا سەبارەت بەم دیاردەیە چارەسەرییەکی چاك و تەواو و بەسوودو کاریگەریان بۆ نەدۆزیتەوە وەك پێویست بۆ پێشی لێ گرتنی لە پەرەسەندنی و بڵاوبوونەوەی جگەرەکێشان لەناو کۆمەڵگاکانی جیهان دا) وە (ڕۆژ لەدوای ڕۆژدا کارخانەی جگەرە دروست کردن و جۆری جگەرەکان و مرۆڤە جگەرەکێشەکان ژمارەیان زیاتر دەبن و لە زۆربووندانە!) باشە ئایا چۆنیەتی چارەسەری دیاردەی جگەرەکێشان لە جیهان دا چۆن و بە چ شێوەیەك بکرێت سوودی دەبێت؟ ئایا گەر ئێمە بمانەوێت هەڵمەت و هێرشێکی کاریگەر دژ بە توتن و دیاردەی جگەرەکێشان دەست پێ بکەین لە جیهان دا بە فراوانی و گشتی ئایا دەبێت یەکەم جارو یەکەم هەنگاو چی بکەین و چۆن دەست پێ بکەین؟ ئایا لە کوێوە بە چ جۆرێك بۆ ئەو جگەرە دوژمنە هێرش بەرین کە هەڵمەتەکەمان دژ بە جگەرە کاریگەر بێت و کاری هەوڵدان و کۆششمان و شوێنی دەستمان دیاربێت و ڕادەی جگەرەکێشان بەرەو کەم بوونەوە بڕوات! لێرەدا باسی کارێك و هەڵمەتێك و بەرنامەیەك دەکەم کە گرنگترین هۆکارە بۆ

ڕادەی کەم کردنەوەی دیاردەی جگەرەکێشان لە جیهاندا وە ئەم هەڵمەت و کارەو بەرنامەیە کاریگەرترین هۆیە بۆ پێش لێگرتنی زۆربوونی ڕادەی جگەرەکێشان لەناو مرۆڤەکاندا! وە ئەم هەڵمەت و کارەش (بەرنامەی کاری خۆپاراستن لە فێربوونی جگەرەکێشانە) ئێمە دەبێت کارێکی وا بکەین کە خەڵکی خۆیان بپارێزن لە فێربوونی جگەرە وە بە زیانەکانی و مەترسیەکانی ئاشناو شارەزابن تاوەکو بە سادەیی و ئاسانی نەکەونە ناو تەلەی جگەرەکێشانەوە! وە (گەر هاتوو خەڵکی بە زۆری خۆیان پاراست لە فێربوونی جگەرەکێشان ئەوە هێواش هێواش و ڕۆژ لەدوای ڕۆژ و ساڵ لەدوای ساڵ ڕادەی جگەرەکێشەکان لە جیهاندا کەم دەبێتەوەو خەڵکی بەم جۆرەی ئێستا وا بە فراوانی و زۆری جگەرە ناکێشن!) وە ڕێگایەکانی کەمکردنەوەی دیاردەی جگەرەکێشان لە جیهاندا زۆرن بەلاّم من باسی کاریگەرترین ڕێگاو بەرنامە دەکەم کە ئەویش:

أ- چۆنیەتی (خۆ پاراستن) لە فێربوونی جگەرەکێشان (الوقایە)

(خۆ پاراستن لە فێربوونی جگەرەکێشان زۆر گرنگە بۆ دژایەتی کردنی بلاوبوونەوەی دیاردەی جگەرەکێشان لە جیهاندا ئەویش ئەو مرۆڤانە دەگرێتەوە کە هێشتا ئالوودەو فێر بە جگەرەکێشان نەبوونە) مانای وایە (لەم سەردەمەدا بەرنامەیەکی تێروتەسەل دابندرێت لە جیهاندا دژ بە جگەرە بۆ ئەوەی لەمەو دواوە خەڵکی بە کۆمەڵ لەسەر زەوی فێرە جگەرەکێشان نەبن وە ڕادەی فێربوون بە جگەرەکێشان بێتە

نزمترن ئاست و کەمترین ژمارە لە جیهاندا) وە ئەم بەرنامەیە (کاریگەرترین کارە دژ بە بڵاوبوونەوەو فێربوونی جگەرەکێشان لە جیهاندا ئەگەر بە جوانی و ڕێك و پێکی کاری بۆ بکرێت و پەیڕەوی لێ بکرێت لەلایەن شارەزایان و بەرپرسە نێو دەوڵەتیەکانی جیهانی تایبەت بەم بوارەدا) وە ڕوون و ئاشکرایە کە بەرنامەی ووشیارکردنەوەو ئاگادارکردنەوەو کارکردن بۆ ئەوەی کە خەڵکی لە سەرەتادا فێرە جگەرەکێشان نەبن زۆر بە سوودترە و ئاسانترە و گیروگرفت و دژواری کەمترە لەوەی کە هەوڵ بدرێت و کاربکرێت بۆ ئەوەی کە جگەرەکێشەکان کە چەندین ساڵە جگەرە دەکیشن کە واز لە جگەرەکێشانیان بهێنن بەڵێ زۆر بە سوودترو ئاسانترە هەوڵدان بۆ ووشارکردنەوەی خەڵکی لە زیانەکانی جگەرەکێشان کە هێشتا ئەم جۆرە خەڵکە فێرە جگەرەکێشان نەبوونە چونکە (ئاسانترین کار بۆ مرۆڤ ئەوەیە کە بچێتە ناو جگەرەکێشانەوەو فێرە جگەرەکێشان بێتن! بەلام دژوارترین و گرنگترین کار ئەوەیە کە مرۆڤی جگەرەکێش واز لە جگەرەکێشانی بهێنێت و خۆی لێ ڕزگار بکاتن!) هەر بۆیە دەڵێن (الوقایە خیر من العلاج) واتە خۆپاراستن چاکترە لە چارەسەرکردن واتە (خۆپاراستنی پێش وەخت لە فێربوونی جگەرەباشترەو سوودی زیاترە بۆ مرۆڤ لەوەی کە فێرە جگەرەکێشان ببێتن ئینجا دوایی هەوڵبدات کە وازی لێ بهێنێت) باشە (چۆن خۆمان و خەڵکی بە گشتی لە دیاردەی فێربوون بە جگەرەکێشان دوور خەینەوەو بپارێزین؟ وە لە چ کاتێکی تەمەندا زۆر بە سوودە و گرنگە کە مرۆڤ هۆشیاربکرێتەوە و بپارێزرێت

له فێربوونی جگەرەکێشان؟ وەك دەزانین کە زۆربەی مرۆڤەکان لەکاتی تەمەنی منداڵی و لاوی دا فێرە جگەرەکێشان دەبن زۆر بە ئاسانی! بۆیە ووشیارکردنەوەو ئاگادارکردنەوەی خەڵکی لە ترسناکی و زیانەکانی جگەرەکێشان لەکاتی لەو قۆناغەی منداڵی و لاوی دانە زۆر گرنگە بۆ دوورخستنەوەیان و پاراستنیان لە فێربوونی جگەرەکێشان) چونکە (لەکاتی مرۆڤ کە لە تەمەنی منداڵی و لاویدایە زۆر بیرناکاتەوەو ناپێچێتەوە لە جۆری هەڵس و کەوت و ڕەفتارەکانی کە ئەنجامی دەدات وە بە سادەیی و خەم ساردی ڕەفتار دەکات وە زۆر بە تەنگی زیان و سوودی خۆی نی‌یە) باشە ئێمە چ کارێك بکەین کە ئەو جۆرە مرۆڤانەی لەو تەمەنانەدایە کە ئامۆژگاری بکرێن و ئاگادارو ووشیاربکرێنەوە لە ترسناکی و زیانەکانی جگەرە فێربوون تاوەکو ڕکیان لە دووکەڵە جگەرە ببێتەوە و فێرە جگەرەکێشان نەبن بە ئاسانی! وە ئایا باشترین کات و شوێن بۆ ئەو ووشیاری و ئامۆژگاری کردنەوەیە کوێ‌یە؟ بە ڕای من باشترین و چاکترین کات و شوێن بۆ ووشیارکردنەوەو ئاگادارکردنەوەی مرۆڤ لە زیانەکانی جگەرە فێربوون (قوتابخانەکانە) ئەو قوتابخانانەی کە ئەو جێگایەن کە مرۆڤەکان لێی فێری خوێندن و نووسین و زۆر شتی تر دەبن باشە بۆ هەر لە قوتابخانەکاندا منداڵ و لاوەکان فێری ئەوە نەبن کە لە ترسناکی و زیانەکانی جگەرە فێربوون و شتە مەترسی‌یەکانی تر ئاگادارو ووشیاربکرێنەوە بۆ ئەوەی فێری نەبن و خۆیان لە شەڕی بپارێزن! باشە بۆ (وانەیەکی تایبەت بە ووشیارکردنەوە لە قوتابخانەدا نەبێتن کە زۆر بەسوودە؟)

(ئاگادرکردنەوە ووشیارکردنەوەی مێرد منداڵان و لاوانی قوتابی لە زیانەکانی جگەرە و ماددە سڕکەرەکان و جۆرەها شتی بە زیانی تر وە فێرکردنیان لە چۆنیەتی خۆپاراستن و خۆ دوورخستنەوە یان لەو بەڵایانە کارێکی بەسوودو مرۆڤانەیە) باشە بۆ ئێمە بەس تەنانەت پەرۆش و پەژارەی فێربوونی خوێندن و نووسینی منداڵەکانمان بین بە تەنها؟ باشە بۆ پەرۆش و پەژارەی ئەوەش نەبین کە جگەرەو ماددە بە زیانەکانی تر دوورکەینەوە لە منداڵەکانمان و هەوڵبدەین کە تووش بە فێربوونیان نەبن منداڵەکانمان! بۆیە (داواکارم لەلایەنە بەرپرسەکانی ئەم بوارە کە کار بکرێت بۆ ئەوەی وانەیەکی ووشیاکردنەوەو چۆنیەتی خۆ پاراستن لە ماددە بەزیانەکانی وەکو جگەرەو ماددە سڕکەرەکان بکرێتەوە لە قوتابخانەکاندا) دووپاتی دەکەمەوە و دەڵێم کە مرۆڤ (دەبێت لەکاتی تەمەنی منداڵی و جەوانیدا ئاگادار بکرێتەوە و بپارێزرێ لە فێربوونی جگەرەکێشان چونکە زۆربەی مرۆڤ لەو کاتەی تەمەنی دا بە جۆرەها هۆوە زۆر بە ئاسانی و سادەیی فێرە جگەرەکێشان دەبێتن) وەك بۆ نموونە هەندێ لە منداڵان لە باوك و دایك و گەورەکانی خۆیاندا فێری جگەرەکێشان دەبن و لاسایییان دەکەنەوە! یان زۆر جاران (منداڵ کە دەبینێت یەکێکی لە خۆی بە تەمەن گەورەتر وا بە لەزەت و نەشعەوە مژ لە جگەرە دەدات و دووکەڵەکەی هەڵدەمژێت و لە کوونە لووتیەوە دەری دەهێنێت! ئەو منداڵەش کە سەیری دەکات لە دڵی خۆی دا دەڵێت دەبێت ئەو دووکەڵە جگەرەیە چ تامێك وخۆشییەکی هەبێتن کە ئەو

کەسە وا بە لەزەت نەشعەوە هەڵی دەمژێت! ! هەر بۆیە ئەو منداڵە لەناو دڵ و بیرو مێشک و دەروونی خۆیدا کۆمەڵە پرسیارێك و مەیلێك و ئارەزوویەك و ئامانجێك لە بابەت جگەرەوە حەشار دەدات و هەڵی دەگرێت! تاوەکو ئەو منداڵە هەرکاتیێ بۆی رەخساو لوا یان کە گەورە بێت ئەویش دەست بە جگەرەکێشان بکات بە عەمەلی وە ئەو بیرو ئامانجەی کە لەکاتی منداڵیەوە لەناو مێشك و دڵیدا حەشاری دابوو جیێبەجیێی بکات! بۆیە لەم کاتەدا بۆ ئەم جۆرە منداڵانەی کە ئەم جۆرە بیروبۆچوون و وەسوەسەی جگەرەکێشانیان لەناو مێشك و دڵ دا هەیە زۆر پێویستە کە ئاگادارو ووشیاربکرێنەوە لە زیانەکانی جگەرەو بە باشی مێشك ودڵیان تێربکرێت لە ئامۆژگاری بە سوودی دژ بە جگەرە فێربوون بۆ ئەوەی بپارێزرێن لە فێربوونی جگەرەکێشان لە داهاتوودا! وە باشترین و چاکترین شوێن بۆ ئەو ووشیارکردنەوەو ئامۆژگاری‌یانەی منداڵان قوتابخانەکانە چونکە (قوتابخانەکان کە دەورێکی گرنگ و سەرەکی دەبینن لە فێرکردنی منداڵان لە هەموو جۆرە وانەکان دا وە منداڵان لە قوتابخانەکان دا ئەم جۆرە خوێندن و ووشیارکردنەوەیانە باشترو جدی تر وەردەگرن و کاری پیێ دەکەن وەك ئەوەی کە لە شوێنێکی تر پێیان بووترێت و ئاگاداربکرێنەوە لیێ) وە ئەگەر هەر منداڵێك هاتوو مەیل و ئارەزووی و هەوەسی جگەرە فێربوونی هەبێت لەناو مێشك و دڵی دا کە گەورە بوو یان کە بۆی رەخسا ئەویش جگەرەکێشان فێرببێت و بیکێشێت ئەوە بەهۆی ئەو ووشیارکردنەوەو ئامۆژگاری کردنانەی کە لە کاتی

وانەكانی دا دەیخوێنێت لە قوتابخانەكاندا بەرە بەرە ئەم جۆرە هەوەس و مەیل و ئارەزووانە لاواز دەبێت و پووچەڵ دەبێتەوە و نامێنێت لەناو بیرو دڵ و دەروونیدا بەتایبەتی ئەگەر هاتوو شریتی ڤیدیۆیی فلیم دەربارەی ترسناكی و پیسی و زیانەكانی جگەرەكێشان لێ بدرێت بۆیان لەكاتی وانە خوێندن دا! وە فلیم دەربارەی كاریگەری خراپی جگەرە بە سەر ئەو مرۆڤانەی كە دەیكێشن و ئەو نەخۆشیانەی كە تووشیان بووە بە هۆی جگەرەكێشانەوە بە ڤیدیۆو لێ بدرێت و نیشانیان بدرێت ئەوە ئەو منداڵانە دەترسێن و دەتۆقێن لەوەی كە نزیك جگەرەكێشان ببنەوە! وە ئەو مەیل و هەوەس و ئارەزووەی كە هەیەتی دەربارەی جگەرەكێشان لەناو دڵ و دەروونیدا ئەوە لەناو دەچێت و لەبیری دەكات! هەروەها (ئەو منداڵانەی كە ووشیاركراونەتەوە و تێگەیاندراون لە زیانەكان و مەترسیەكانی جگەرە فێربوون و كێشان لە قوتابخانەكاندا گەر هاتوو باوك و دایكیان یان یەكێك لە ئەندامەكانی ناو خێزانەكەیان جگەرەكێش بێتن ئەوە ئەو منداڵانە شوێن و ڕێچكەی پای ئەوان هەڵناگرن و لاسایی یان ناكەنەوەو دەترسێن و بێزیان دەبێتەوە لە پیسی و زیانەكانی جگەرەو خۆیان لە فێربوونی دەپارێزن و دوور دەگرن) وە مرۆڤ گەر (لە تەمەنی منداڵی و جەوانی و گەنجی دا سەرمەستانەو بە كەمتەرخەمی و نەزانانە فێرە جگەرەكێشان نەبێتن ئەوە كاتێك كە تەمەنی لە قۆناغی منداڵی و لاویدا تێدەپەڕێتن ئەوە هەرگیز وا بە ئاسانی و سادەیی فێرە جگەرەكێشان نابێتن چونكە لە قۆناغی دوای لاوی‌دا مرۆڤ بۆ ئەنجام دانی كردارو ڕەفتارەكانی زۆر بە

چڕی بیر دەکاتـەوە وە خـۆی لـەکاری هەڵـەو بـە زیـان و خراپـە دەپارێزێت هـەر بۆیـە زۆربـەی ئەوانـەی کـە فـێری جگەرەکێشـان دەبن تەمەنیان لە قۆناغەکانی منداڵی و جەوانی لاویدایە چونکە لـەو کاتانـەدا مـرۆڤ زۆر لـە خراپـەو هەڵـەو زیـان و سـوودی ڕەفتارەکـانی ناپێچێتـەوە وە حیسـاب و لێکۆڵینـەوەبۆ هـەموو هـەڵس و کـەوتێکی ناکات!) هەر بۆیـە زۆر پێویستە کـە (وانـەی ووشـیارکردنەوەو بەئاگاهێنانـەوە لەترسـناکی و زیانـەکانی فـێربوونی جگەرەکێشـان و ماددەسـڕکەرەکان لـە قوتابخانـەکان بکرێتەوە فێری منداڵان و لاوان بکرێت چونکە گەر ئەو منداڵ و لاوانە لەو کاتەی تەمەنیاندا پارێزراو بن لە دیاردەی فێربوونی جگەرەکێشـان ئـەوە لـە داهـاتوودا خۆیـان دوور دەکەنـەوە لەفێربوونی جگەرە) هەربۆیە (هەوڵدان و کۆشش بۆ خۆپاراستن و خۆ دورخستـنەوە لـەفێربوونی جگەرەکێشـان جەنگـە لـە دژی جگەرە وە لێدانی گورجێکی کاریگەرە لەبڕبڕەی پشتی توتن و پشتیوانە کانی جگەرە لەجیهاندا).

پێنج: دوا ووتەم داوای لێ بووردنە

دوا ووتـەم داوای لێ بـووردن و گـەردن ئازاییـە لـە جگەرەکێشەکان و خوێنەری خۆشەویست بەگشتی گەر هەندێ ووتەم توندو ڕەق و ناخۆش و ناشیرین و سنوور بەزێن بووە و وە خوێنـەران پـێی دڵگـران بوونـەو گلـەی یـان هەیـە لەنووسراوەکانم ئەمـەوێ بـەدڵ گـەورەیی خۆیـان لێم ببـورن و چاوپۆشی لە هەڵەکانم بکەن چونکە هـەموو کەسـێ هەڵەئـەکات

بەس خوای گەورە بێ هەڵەیە. وە مەبەستم لە هەموو نووسراوەکەم دەرخستنی رووی راستی زیانەکانی جگەرەکبێشان و لەپێش چاو رەش کردنی ئەو بەلایەم! وە تەنها نیازم بەبیرهێنانەوەی زیانەکانی ئەو دوژمنە ترسناکەم بۆ ئێوەی خۆشەویست. لە کۆتایی دا ئومێدەوارم کە سوود لەو پەرتووکە وەرگرن و ئەم نووسراوەم ببێ بەهۆی وازلێهێنانتان لەجگەرەکێشانتان و ئاسودەو ئازاد بن! وە هەروەها ئەم نووسراوە ببێ بەهۆی کەم بوونەوەی گوناهەکانم وە لە خوای گەورە داوای لێبوردن ئەکەم بۆ هەموومان.

ئیتر سوپاس بۆ خوای گەورە و میهرەبان...

نــاوەرۆك

بەشی دووەم



بابەس بێت ئیتر جگەرە کێشان
خۆت ڕزگار بکە لەدیلی و زیندان

بەدەست و پارەت زیان لەخۆدان
گەر واز نەهێنی دەبێت ماڵ وێران

2003

ژمارەی سپاردن (٣٠٦)